



Online-Seminar

am Donnerstag, 01.08.2024, von 18.30 bis 20.00 Uhr (B3102)

Im Fokus bleiben: Toolbox Stressbewältigung

Diese 90-minütige Online-Einführung richtet sich an Interessierte mit Führungsverantwortung im Ehrenamt, in Politik, Verwaltung und Wirtschaft. Aus diesem Onlineseminar nehmen Sie ein sofort wirksames Werkzeug zur Stressbewältigung mit und lernen die Systematik neurowissenschaftlich fundierter Techniken anhand des TrophoTraining kennen. Eine Checkliste rundet die Einführung ab.



Unser Referent: Lorenz Wohanka, Diplompsychologe, Experte für Verhandlung und Selbststeuerung, bietet seit mehreren Jahren für die Akademie Frankenwarte Seminare an.

Anmeldung

Online auf

<https://www.frankenwarte.de/veranstaltungen/bildungsseminare/index.html?ev%5Bid%5D=640>

können Sie sich ab sofort anmelden. Die Teilnehmendenzahl ist auf 25 Personen begrenzt.

Teilnahmegebühr

Nach Erhalt Ihrer Anmeldebestätigung durch unsere Sachbearbeiterin bitten wir um Überweisung der Teilnahmegebühr in Höhe von 55,00 Euro auf folgendes Konto bei der Sparkasse Mainfranken: IBAN DE75 7905 0000 0049 0077 50 / BIC BYLADEM1SWU / Verwendungszweck: Name + B 3102

Vorbereitung und Technik-Check

Nach Eingang der Teilnahmegebühr erhalten Sie am 31.07.2024 bis spätestens 10.00 Uhr per E-Mail die Zugangsdaten (Meeting-ID und Passwort) zum Online-Seminar, das im Rahmen eines Zoom-Meetings stattfindet. Sollten Sie bis dahin keine E-Mail erhalten haben, bitten wir um Benachrichtigung bis 12 Uhr per E-Mail oder Telefon.

Zur Vorbereitung des Online-Seminars bieten wir am 01.08.2024 ab 18.00 Uhr einen Technik-Check in unserem Online-Raum an. Sollten Sie bislang noch wenig Erfahrung mit Zoom gemacht haben, so können Sie in dieser Zeit eine kurze Einweisung erhalten.

Technische Voraussetzungen / Datenschutzhinweis / Storno-Regelungen

Für die Teilnahme am Online-Seminar benötigen Sie Browserzugang, Mikrofon und Kamera. Sie können PC, Laptop, Tablet oder Smartphone nutzen. Eine Verpflichtung, Audio- und Webcam-Verbindung und Chatfunktion zu nutzen, besteht nicht.

Die Akademie Frankenwarte nutzt für das Online-Angebot die leistungsfähige Software der US-Firma Zoom, deren technische Infrastruktur auf US-Servern hinterlegt ist. Wir selbst legen im Zoom-System keine Daten von Teilnehmenden an. Die Software Zoom ist ohne Registrierung nutzbar und installiert sich vor Beginn des Online-Seminars nach wenigen Klicks auf Ihrem Endgerät. Wir empfehlen, im Vorfeld den Client für Ihren Webbrowser (<https://www.zoom.us/download>) oder die Zoom-App zu installieren. Diese funktioniert auf stationären wie mobilen Geräten.

Sollten Sie kurzfristig nicht teilnehmen können, haben Sie die Möglichkeit, bis zum 01.08.2024, 10.00 Uhr, eine Ersatzperson zu benennen. Bei Abmeldung am Veranstaltungstag oder Fernbleiben ohne Abmeldung stellen wir die volle Teilnahmegebühr in Rechnung. Ausfall des Seminars bei zu geringer Teilnehmerzahl oder in Fällen höherer Gewalt. Wir werden Sie frühestmöglich informieren und Ihnen die Teilnahmegebühr zurückerstatten.

Respektklausel

Die Gesellschaft für Politische Bildung e.V./ Akademie Frankenwarte sieht sich demokratischen Werten verpflichtet. Die Abwertung von Menschen, beispielsweise aufgrund von Herkunft, Geschlecht, Glauben oder sexueller Orientierung wird weder in Präsenz- noch in Onlineveranstaltungen der Akademie Frankenwarte geduldet. Alle Diskussionen und unterschiedliche Ansichten sind uns herzlich willkommen – solange die im Grundgesetz verankerten Menschenrechte nicht verletzt werden. Bei Verstoß gegen diese Verhaltensregel behalten wir uns einen Ausschluss von der Veranstaltung vor.

