

Pressesprecher: Stefan Leonhart
Telefon 08342 911-303
Fax 08342 911-556
pressestelle@ostallgaeu.de
Marktoberdorf, den 20.08.2025

M e d i e n i n f o

Workshops der Bildungsberatung im Oktober: „Rhetorik für Frauen“, „Resilienz“ und „Berufliche Neuorientierung angehen – jetzt!“

Die Bildungsberatung des Landkreises bietet im Oktober Workshops zu den Themen „Rhetorik für Frauen“, „Resilienz“ und „Berufliche Neuorientierung angehen“ an. Eine Anmeldung ist erforderlich und ab sofort möglich bei Christine Hoch, Bildungsberaterin des Landkreises (Tel.: 08342 911-293, E-Mail: Christine.Hoch@lra-oal.bayern.de).

„Rhetorik – Redekunst (für Frauen)“

Im Rahmen dieses kostenfreien Workshops erlernen die Teilnehmenden die Grundlagen einer freien Rede und wie Zuhörer aktiv in Vorträge oder Präsentationen einbezogen werden können. Sie erhalten Tipps bezogen auf ihre Körpersprache sowie Techniken, um souverän und sicher kommunizieren und überzeugend auftreten zu können.

Termin: Dienstag, 7. Oktober 2025, von 16 bis 19 Uhr im Landratsamt Ostallgäu, Raum Wertach, Schwabenstr. 11 in 87616 Marktoberdorf

„Entwickle deine innere Stärke: Erfahre, wie du stressige Situationen meisterst und zuversichtlich durchs Leben gehst“

Dieser Resilienz-Workshop vermittelt Fähigkeiten, innere Stärke zu entwickeln, um mit Stress, Unsicherheit und Veränderungen gut umgehen zu können – in einer Welt, die ständig im Wandel ist und in der wir mit unterschiedlichen Herausforderungen konfrontiert werden.

Termin: Donnerstag, 16. Oktober 2025, von 16.30 bis 20 Uhr im Landratsamt Ostallgäu, Raum Aggenstein, Schwabenstr. 11 in 87616 Marktoberdorf.

„Berufliche Neuorientierung angehen – jetzt!“

Sie sind auf dem Weg sich beruflich neu zu orientieren? Sie brauchen Veränderung? Wissen aber nicht genau wie Sie anfangen sollen und wo es hingehen soll? Sie wünschen sich einen Austausch mit Gleichgesinnten und eine Standortanalyse? Dann machen Sie den ersten Schritt und melden Sie sich zu den beiden kostenfreien Workshop-Tagen an. Zwei aufeinander aufbauende Termine für mehr Klarheit und Zufriedenheit in ihrem Berufsleben:

Termin: Donnerstag, 23. und 30. Oktober 2025, von 16 bis 19 Uhr im Landratsamt Ostallgäu, Raum Wertach, Schwabenstr. 11 in 87616 Marktoberdorf.