

THEMATISCHE ONLINE-SEMINARE

Seminartitel	Seminarbeschreibung
<p>Alles im Griff oder zu oft gestresst? Dein Weg zu mehr Entspannung und nachhaltigem Erfolg im Alltag.</p>	<p>Entdecke neue Möglichkeiten, deinen Tag zu organisieren und zeitlich passend zu planen – ohne Stress und ganz auf deine Bedürfnisse abgestimmt. So wird nicht nur dein Feierabend schöner, sondern du auch insgesamt zufriedener.</p>
<p>Impulse für meinen BFD - Austausch, Ideen und frischer Wind</p>	<p>Feste Aufgaben, Routine, gewohnte Abläufe, alles vertraut – das kann schön sein. Manchmal fühlt es sich aber auch wie Stillstand an und es fehlt der frische Wind. Dagegen hilft oft ein Blick von außen, der Austausch mit anderen und neue Inspiration.</p> <p>In diesem Seminar schauen wir gemeinsam auf euren Arbeitsalltag: Was läuft gut? Wo wollt ihr gerne etwas verändern? Wie könnte das gehen? Ihr tauscht euch mit anderen BFDler:innen zu den Freuden und Problem des Tafel-Alltags aus und lernt Methoden aus der positiven Psychologie kennen, die ihr täglich anwenden könnt.</p>
<p>Kinderarmut in Deutschland</p>	<p>Das Seminar geht auf die verschiedenen Formen von Armut ein. Anhand von kurzen Videoclips, virtueller Gruppenarbeit und einem Online-Quiz werden Ursachen von Kinderarmut sowie die Folgen für Kinder und Eltern erarbeitet. Es werden Konzepte vorgestellt und diskutiert, die Wege aus der Kinderarmut aufzeigen. Im letzten Drittel des Seminars wird erörtert, welchen Beitrag die Tafeln in diesem Kontext leisten. Dazu wird gemeinsam eine Dokumentation angesehen und besprochen, warum Kinder in Deutschland zur Tafel müssen.</p>
<p>Lebensmittelrettung (weltweit) - gemeinsam retten, voneinander lernen</p>	<p>Bananen aus Kolumbien, Nüsse aus Kalifornien, Äpfel aus Italien – unsere Lebensmittel in Deutschland kommen von überall her und verbinden Deutschland mit dem Rest der Welt. Nicht nur hier, sondern auch in anderen Ländern gibt es aber eine große Verschwendung an genießbaren Lebensmitteln. Weltweit tun sich Menschen seit Jahren zusammen, um diese Lebensmittel zu retten und die Verschwendung zu stoppen.</p> <p>Im Seminar fragen wir uns unter anderem: Wie funktioniert der Lebensmittelfluss um die Welt? Wird in anderen Ländern auch so viel verschwendet wie in Deutschland? Und: Was können wir von Lebensmittelrettern in anderen Ländern lernen?</p>

Medienkompetenz und Umgang mit Fake News	<p>Dieses Webinar widmet sich der Förderung eines kritischen Bewusstseins für Medien und dem Erwerb von Fähigkeiten zur Unterscheidung zwischen verlässlichen Informationen und Fake News. Das Webinar widmet sich der Frage, wie Fake News überhaupt definiert werden können und welche Auswirkungen diese auf unsere Gesellschaft haben. Welche Rolle spielen soziale Medien bei der Verbreitung von Desinformationen? Der Schwerpunkt des Webinars soll dabei auf Strategien zur Überprüfung der Glaubwürdigkeit von Informationen im Internet, sowie der Förderung von kritischem Denken und Quellenbewertungsfähigkeiten liegen.</p>
Mehr Vielfalt, weniger Vorurteile! Über Diskriminierung sprechen tut allen gut.	<p>Tafeln leben eine Kultur des gegenseitigen Respekts und der Vielfalt. Vielfalt muss aktiv gestaltet werden. Das Ziel des Seminars ist es, ein Bewusstsein für verschiedene Formen von Diskriminierung zu schaffen und Strategien zur Förderung von Vielfalt und Gleichberechtigung zu entwickeln. Dieses Seminar richtet sich an alle, die ihr Verständnis für eine offene Gesellschaft und Diskriminierung vertiefen und aktiv dazu beitragen möchten, die Tafeln zu inklusiven Umgebungen für verschiedenste Lebensrealitäten zu machen.</p>
Mehrheit und Minderheiten - Was tun, wenn Meinungen auseinander gehen?	<p>Was tun, wenn Meinungen auseinandergehen und sich Mehrheiten und Minderheiten bilden? In diesem Seminar gehen wir auf die Chancen(un)gleichheit ein, unter der sich Interessen und Entscheidungen durchsetzen. Außerdem nehmen wir die Bedürfnisse und Rechte von Minderheiten in den Blick, und welche Gründe es geben kann, sich Mehrheiten anzuschließen.</p>
Recht auf Sozialstaat! Welche Ansprüche auf Sozialleistungen habe ich?	<p>Ein Sozialstaat kümmert sich um soziale Sicherheit und sorgt für sozialen Ausgleich in der Gesellschaft. Daraus ergeben sich Rechte für einzelne Personen auf Unterstützung und Teilhabe. Der Workshop bietet eine Einführung in die Sozialleistungen und Ansprüche, die Menschen in verschiedenen Lebenssituationen haben können. Ein Schwerpunkt liegt auf den Leistungen, die Menschen im Bundesfreiwilligendienst erhalten können. Der Workshop soll viel Raum bieten, um individuelle Anliegen der Teilnehmenden bezüglich Sozialleistungen zu besprechen.</p>
Sicher ins Vorstellungsgespräch - Selbstpräsentation und Bewerbungstraining	<p>Ein zentraler Bestandteil in Einstellungsverfahren – egal ob im klassischen Vorstellungsgespräch vor Ort, beim Online-Interview oder im Assessment-Center – ist die Bitte: „Erzählen Sie bitte etwas über sich!“. Eine knackige und selbstbewusste Selbstpräsentation erleichtert das weitere Verfahren und ist wesentlich für einen sympathischen ersten Eindruck.</p> <p>In diesem Seminar wirst du dabei unterstützt, dich auf diese und andere typische Fragen im Vorstellungsgespräch vorzubereiten. In einem geschützten Rahmen übst du mit anderen Teilnehmenden, dich selbst zu präsentieren. Es wird besprochen, was du noch tun könntest, um einen noch positiveren Eindruck zu hinterlassen.</p> <p>Im Rahmen des Seminars gibt es genug Zeit, um individuelle Fragen rund um Bewerbungsgespräche zu klären.</p>

Tafeln & Politik: Ursachen von sozialer Ungleichheit und die Forderungen des Verbandes	<p>Das Webinar "Tafeln & Politik" beleuchtet die komplexen Ursachen sozialer Ungleichheit und diskutiert die Rolle des Verbandes der Tafeln in Deutschland bei der Bewältigung dieser Herausforderungen. In diesem Webinar werden wir über die aktuellen politischen Rahmenbedingungen sprechen, die die Arbeit der Tafeln beeinflussen, sowie über mögliche Lösungsansätze für eine gerechtere Verteilung von Ressourcen und Chancen in unserer Gesellschaft. Anhand verschiedener Beispiele soll verdeutlicht werden, wie sich soziale Ungleichheit in Deutschland manifestiert und welche Lösungswege gegangen werden könnten.</p>
Umweltfreundlicher Konsum – Welche Auswirkungen hat unser Konsum auf Menschen und Umwelt?	<p>In diesem Seminar gehen wir auf die direkten und indirekten Auswirkungen unseres Konsums auf Menschen und Umwelt ein. Wir blicken auf die globalen Zusammenhänge unseres Kaufverhaltens und darauf, welche Alternativen wir möglicherweise direkt vor uns haben.</p>
Verschwörungstheorien: im Dschungel von Fakten & Fakes	<p>Wie geht man als Individuum mit Verschwörungstheorien um, welche Funktion erfüllen sie? Gibt es Menschen, die sich von solchen Theorien besonders angezogen fühlen? Wie erkenne ich Fake News? Welche Gefahren können von Verschwörungstheorien ausgehen? Diese und andere Fragen werden in diesem Seminar thematisiert. Zusätzlich gehen wir der Frage nach, ob uns die Problematik bereits im Tafel-Alltag begegnet ist. Denn viele Verschwörungstheorien ebnen den Weg für rassistische und antisemitische Weltbilder, was sich nicht mit den Tafel-Grundsätzen deckt.</p>
Wann darf die Mehrheit entscheiden? Grenzen und Chancen von Mehrheitsentscheidungen	<p>Ist der Mehrheitsentscheid eigentlich immer die erste Wahl und das beste Mittel? In diesem Seminar wollen wir die Grenzen und Chancen von Mehrheitsentscheidungen auf den Prüfstand stellen und mögliche (demokratischere) Alternativen erarbeiten.</p>
Zivilcourage - Wieviel soziale Verantwortung tragen wir in uns?	<p>Wieviel soziale Verantwortung tragen wir in uns und wo sind unsere Grenzen? In diesem Seminar vertiefen wir unser Verständnis des Begriffes „Zivilcourage“. Wir fragen uns, wie Zivilcourage aktiv gelebt werden kann und wie viel Macht bzw. Ohnmacht unser Handeln beeinflusst. Weitere Schwerpunkte des Seminars sind Solidarität, soziale Verantwortung und Empathievermögen.</p>