

Seminarreihe BdS Azubiakademie Schuljahr 2025/2026

Workshopthema	Dozent/in	Räumlichkeit	Termin	Uhrzeit
Auftakt: "Schlag den Chef"	Mitarbeiter von FantasyWorld	FantasyWorld Rödental	17.10.2025	11.30 Uhr - 15 Uhr (offizieller Teil, die Auszubildenden dürfen unbegrenzt im FantasyWorld bleiben)
1. Lernmanagement und Selbstorganisation Wie plane ich meinen Arbeitstag effektiv? Tools und Methoden wie die Eisenhower-Matrix oder die Pomodoro-Technik. Prioritäten setzen und mit Stress umgehen.	Silke Heling (vhs; A+Zubi)	vhs Coburg, Löwenstr. 15, 96450 Coburg EG, R. E.04	28.11.2025	8.30 Uhr - 12.30 Uhr
2. Kommunikation und Präsentationstechniken Wie kommuniziere ich effektiv mit Kollegen, Vorgesetzten und Kunden? Rhetorik und Körpersprache: Wie präsentiere ich mich selbstbewusst? Feedback richtig geben und annehmen: Eine wertvolle Fähigkeit für die persönliche Entwicklung. inkl. Betriebsführung durch Fa. Dietz	Melanie Engel (Facereading/Coach)	Dietz GmbH Am Floßgraben 10 96465 Neustadt bei Coburg	30.01.2026	8 Uhr - 12 Uhr
3. Digitale Kompetenzen und Social Media im Berufsalltag Grundlegende digitale Tools: Wie kann ich sie effizient im Arbeitsalltag nutzen? Die Bedeutung von Social Media im beruflichen Kontext: Networking und Online-Präsenz. Einsatz von KI.	Thomas Knorr (datadice GmbH)	Haus der Regionalentwicklung Garden-City-Str. 2 96450 Coburg	06.03.2026	9 Uhr - 13 Uhr
4. Suchtprävention Die Auswirkungen von Suchtverhalten auf den Alltag und die Arbeit Strategien zur Suchtprävention im Beruf und im privaten Leben Wie erkenne ich erste Anzeichen einer Sucht und was kann ich tun? Resilienz aufbauen: Wie man stressige Situationen meistert, ohne in Suchtverhalten zu verfallen	Matthias Lange (Polizei)	Haus der Regionalentwicklung Garden-City-Str. 2 96450 Coburg	17.04.2026	9 Uhr - 13 Uhr
5. Infos rund um das Thema Finanzen - Daily Life Finanzplanung für den Alltag: So behält man den Überblick über Einnahmen und Ausgaben Der Umgang mit Krediten: Was muss man wissen, bevor man einen Kredit aufnimmt? Versicherungen verstehen: Welche Versicherungen sind wichtig und warum? Der Umgang mit digitalen Zahlungsmethoden und Online-Banking: Sicherheit und Risiken im Blick behalten	VR Bank	Infos folgen	15.05.2026	8 Uhr - 12 Uhr
6. Fit im Beruf Ergonomie am Arbeitsplatz: Wie man Rückenschmerzen und andere Beschwerden vermeidet Gesunde Ernährung im Arbeitsalltag: Schnelle und einfache Tipps Stressbewältigungstechniken für den Berufsalltag Mental Health im Job, Work-Life-Balance	Christian Bauer (KKH)	Haus der Regionalentwicklung Garden-City-Str. 2 96450 Coburg	12.06.2026	9 Uhr - 13 Uhr
Abschlussveranstaltung mit Zeugnisübergabe	Infos folgen	Infos folgen	10.07.2026 17.07.2026	Infos folgen