



SBLV. USPF. USDCR.

Schweizerischer Bäuerinnen- und Landfrauenverband
Union suisse des paysannes et des femmes rurales
Unione svizzera delle donne contadine e rurali



Lehrgang „Wir gestalten Zukunft – kompetent, engagiert und vernetzt“

Modul 5: Wie vernetze ich mich professionell?

Wie nutze ich meine Netzwerke bzw. wie baue ich sie am Besten auf?

Wie gestalte ich die Öffentlichkeitsarbeit optimal?

Wie nutze und präsentiere ich mich in den sozialen Netzwerken?

Wie gehe ich mit Shitstorms um?

Motto: «Zeitgemäss nutze ich Kanäle, die effizient sind, die nützen und zu mir passen.»

Inhalte	<ul style="list-style-type: none"> • die Vielfalt der (digitalen) Kommunikationsmittel energieschonend nutzen • Überblick über traditionelle Kommunikationskanäle: Vom Aushang bis zum Medienbericht • Überblick über die wichtigsten Social-Media-Plattformen • Werkstatt: Kurz und knackig schreiben, Bilder einsetzen • Umgang mit Shit-Storms
Ziele	<p>Sich einen zeitgemässen Auftritt gönnen und begrenzte Ressourcen an Zeit und Geld im Auge behalten.</p> <p>Die TN</p> <ul style="list-style-type: none"> • überblicken die wichtigsten Social-Media-Plattformen • lernen die Chancen und Risiken der digitalen Kommunikationskanäle kennen • bewerten und entscheiden, was wo Sinn macht • erarbeiten Wissen, um zielgruppengerechte Beiträge zu texten und mit aussagestarken Bildern zu illustrieren • finden einen Umgang, wie sie auf Shitstorms reagieren
Methoden	Input, Gruppenreflexionen, Anmerkung: Smartphones, Tablets, Laptops mitnehmen
Zeitstruktur	1.5 Tage + Beratung bei Bedarf per Videotelefonat o. Zoom ½ Tag Aufbau Netzwerke 1 Tag Öffentlichkeitsarbeit, Social Media, Umgang mit Shitstorm
Ort, sozialer Raum	Vor Ort in Brugg ½ Tag online