

## Lehrgang für Jungbäuerinnen und Quereinsteigerinnen: Plötzlich Bäuerin! Und JETZT?

Du bist **Jungbäuerin, Quereinsteigerin** oder gerade dabei, in deine Rolle am Hof hineinzuwachsen? Dann bist **DU** hier genau richtig!

Ab Oktober 2025 starten in Innsbruck spannende und praxisnahe Veranstaltungen passend zur Broschüre „Plötzlich Bäuerin! Und JETZT“. Im Lehrgang bekommst du das Rüstzeug, um selbstbewusst, informiert und gestärkt deinen Weg als Frau zu gehen.

### Was erwartet dich bei den 3 Veranstaltungsblöcken (à 1,5 Tage)?

Die Seminare bauen aufeinander auf und werden gemeinsam als geschlossene Gruppe durchlaufen. Neben wertvollen Seminarunterlagen erhältst du Zugang zu vertiefenden Online-Inhalten, die dich auch zuhause weiterbringen.

Die Themen sind so vielfältig wie unser Alltag:

- Persönlichkeitsbildung & Kommunikation
- Social Media professionell nutzen
- Absicherung der Frau am Hof
- Alltagstipps und wichtige Ansprechpersonen

Mit der erfahrenen Trainerin Margit Bacher lernen wir, wie wir uns Gehör verschaffen, selbstsicher auftreten und uns kontinuierlich weiterentwickeln – ganz nach dem Motto: "Man lernt nie aus." Mit Social Media Expertinnen lernen, wie wir die Sozialen Medien für uns nutzen können. Ebenso geht es mit Top Expertinnen zu den Themen Urlaub am Bauernhof, Direktvermarktung und Green Care in Richtung Diversifizierung. Ganz essentiell für die Arbeit am Hof ist die soziale Absicherung - mit Isabella Heubacher, unserer Expertin für Sozialrecht, erfahren wir, was alles zu beachten ist. Zu den täglichen Aufgaben gehört auch die Selbstfürsorge, hierzu bekommen wir von Angelika Wagner wertvolle Tipps im Laufe des Lehrgangs.

### Für wen ist die Seminarreihe gedacht?

Für alle Frauen in der Landwirtschaft – ob frisch am Hof, mit langjähriger Erfahrung oder als mutige Quereinsteigerin. Egal wie alt du bist – DU zählst.

Melde dich jetzt an und gestalte deine Zukunft aktiv mit!

**Denn Bäuerin sein heißt mehr als nur mitanzupacken – es heißt, mitzugestalten, zu wachsen und sich**

---

weiterzuentwickeln.

---

**Information**

**Kursdauer:** 35,5 Einheiten

**Kursbeitrag:** 800,00 € Teilnahmebeitrag

160,00 € Teilnahmebeitrag gefördert

**Fachbereich:** Persönlichkeit & Kreativität, Regionalentwicklung

**Zielgruppe:** Jungbäuerinnen und Quereinsteigerinnen

**Verfügbare Termine**