



BAYERISCHE  
JUNGBAUERNSCHAFT

# Landjugend- Wochenende in Grainau



## Medien.

## Mindset.

## Miteinander.

20.- 22. Februar 2026

### Alles auf einen Blick:

#### Wann?

20.-22. Februar 2026

#### Wo?

Seminarhaus Grainau

#### Wer?

Jugendliche und junge Erwachsene aus den ländlichen Regionen aus ganz Deutschland. Du brauchst keine Vorkenntnisse, einfach Lust auf etwas Neues und Zeit für ein Wochenende an der Zugspitze! Alter zw. 18 und 27 Jahre (Ausnahmen? - Teilnahme nach Rücksprache möglich!)

#### Wieviel?

90 € (inkl. Seminargebühren und Verpflegung)

Nicht-Mitgliederaufpreis: 30 €

#### Kontakt:

Lisa Köhnert

[lisa.koehnert@landjugend.bayern](mailto:lisa.koehnert@landjugend.bayern)

### Womit beschäftigen wir uns?

Es geht mal nicht um Likes und Dauer-Scrollen!

Wir schauen, wie wir Social Media bewusst nutzen können, ohne dass es uns stresst.

Du erlebst spannende Workshops aber auch bewusstes Abschalten aus den Sozialen Medien in der Natur rund um die Zugspitze

Gemeinsam lernen wir, was Insta, TikTok & Co. mit unserem Kopf macht, wie wir uns mental stärken können und wie wir wieder echten Respekt im Miteinander leben - offline und online. Also: raus aus der Filterblase - rein ins echte Gespräch! Bist du dabei?

#### Anmeldung:



Gefördert durch:



Bundesministerium  
für Bildung, Familie, Senioren,  
Frauen und Jugend

## Programm: (Änderungen vorbehalten)

### Freitag, 20. Februar

Bis 18:00 Uhr	Anreise
18:00 Uhr	Abendessen
19:00 Uhr	Wer sind wir online
	Warum bleiben wir online
21:00 Uhr	Kreativer Abend im Bierstüberl

### Samstag, 21. Februar

07:00 Uhr	Joggen oder Spaziergang
08:00 Uhr	Frühstück
09:00 Uhr	Soziale Medien
	Hate Speech, Mutmacher
12:30 Uhr	Talk
13:30 Uhr	Mittagessen
15:15 Uhr	Escape the tec
18:00 Uhr	Streitförderer
20:00 Uhr	Pizzabacken
	Ausklang im Bierstüberl

## Programm: (Änderungen vorbehalten)

### Sonntag, 22. Februar

08:00 Uhr	Frühstück
09:00 Uhr	Gemeinsamer Start
09:30 Uhr	Worldcafe mit Thementischen
11:30 Uhr	Ersatzwahlen
12:00 Uhr	Mittagessen und gemeinsamer Abschluss
	Abreise

## Was verbirgt sich hinter dem AK I?

Das AK I Team besteht normalerweise aus fünf gewählten Mitgliedern, ein:e AK I Sprecher:in und vier Stellvertreter:innen. Wir wählen an diesem Wochenende das Team. Zudem können BJBler:innen auch frei mitarbeiten.



### Achtung!

Es handelt sich um eine Bildungsmaßnahme. Die Teilnahme am Seminarprogramm ist Pflicht! Wer der Veranstaltung fern bleibt, ohne sich bis zum 18.02. abzumelden, muss den vollen Teilnehmerbeitrag bezahlen. Bitte bildet Fahrgemeinschaften und bringt festes Schuhwerk und witterfeste Kleidung mit.