



BILDUNG LEBENDIG INSPIRIEREND

Lohmarer Institut für Weiterbildung e.V.

Donrather Str. 44, 53797 Lohmar
Tel.: 02246/302999-10, Fax.: 02246/302999-19
E-Mail: evinfo@liw.de
Internet: http://www.liw-ev.de

Mitteilung für den Arbeitgeber

Das Lohmarer Institut führt vom 08.11. – 13.11.2020 unter der Seminarnummer 804020 das Seminar „Neue Energie für den Beruf tanken“ durch.

Ich

wohnhaft in

beanspruche für diese Bildungsveranstaltung Bildungsurlaub.

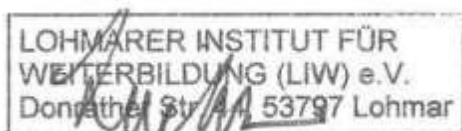
Die Unterlagen über die Bildungsveranstaltung (Programm, zeitlicher Ablauf, Lernziele) finden Sie umseitig.

Das Seminar gilt als beruflicher Bildungsurlaub anerkannt in

- **Hessen** (gemäß § 11, Abs. 4 HBUG, bitte fordern Sie bei uns ein Programm an, das den Vorgaben des Landes Hessen entspricht).
- **NRW** (gemäß §9, Abs. 1 AWbG und gemäß § 1, Abs. 3 AWbG, es liegt gemäß §10 ff AWbG eine Einrichtungsanerkennung vor: Az.: 48.06-7348). Das Lohmarer Institut für Weiterbildung e.V. ist eine nach dem Weiterbildungsgesetz NRW anerkannte Einrichtung (Aktenzeichen IV C 2-21-8-1588/82).
- **Saarland**: Es handelt sich um eine freistellungsfähige Bildungsveranstaltung gemäß § 6 des saarländischen Bildungsfreistellungsgesetzes (SBFG). Wir sind berechtigt, nach § 6 Abs. 4 Satz 1 des SBFG, diese Bescheinigung für Beschäftigte aus dem Saarland auszustellen.
- **Baden-Württemberg**: Das Seminar wird nach den allgemeinen Anforderungen an Bildungsmaßnahmen nach § 6 Bildungszeitgesetz Baden-Württemberg (BzG BW) angeboten. Um zur Teilnahme daran Bildungszeit in Anspruch nehmen zu können, müssen ggf. noch personenbezogene Anforderungen an die Bildungsmaßnahme (Berufsbezug bei beruflicher Weiterbildung) und weitere Voraussetzungen nach dem BzG BW erfüllt sein. Informationen und das Formular zur Beantragung der Bildungszeit unter www.bildungszeit-bw.de. Das Lohmarer Institut für Weiterbildung e.V. ist als Bildungseinrichtung nach dem BzG BW vom Regierungspräsidium Karlsruhe anerkannt (Aktenzeichen 12c11-6002-61).
- **Niedersachsen** (gemäß Anerkennung B20-104087-70 vom 25.01.2020, anerkannt ist der Zeitraum Montag-Freitag, Anerkennung gültig bis 31.12.2022)
- **Brandenburg** (gemäß Anerkennung 26.13-47151 vom 17.06.2020, anerkannt ist der Zeitraum Montag-Freitag)
- Für **Hamburg** gilt: Nach dem Hamburgischen Bildungsurlaubsgesetz HmBUG gilt eine Veranstaltung in Hamburg als anerkannt, wenn diese von der zuständigen Behörde oder in einem anderen Land der Bundesrepublik Deutschland nach mit den Bestimmungen dieses Gesetzes inhaltlich übereinstimmenden Kriterien anerkannt ist (§ 15 Abs. 1 HmBUG).

Eine Anerkennung des Seminars in weiteren Bundesländern ist möglich, meistens gelten dafür Fristen von 6-10 Wochen vor Seminarbeginn.

Das Lohmarer Institut für Weiterbildung e.V. ist eine nach dem Weiterbildungsgesetz NRW anerkannte Einrichtung (Aktenzeichen IV C 2-21-8-1588/82).



(Unterschrift des Veranstalters)

(Unterschrift des Teilnehmers)

SEMINARPROGRAMM

Thema Neue Energie für den Beruf Ressourcen aktivieren, Regeneration ermöglichen, Ruhe erfahren	Dozentin Britta Pütz
Ort Norderney	Termin 08.11. - 13.11.2020

Sonntagabend

Anreise, Zimmerverteilung, Begrüßung, Abendessen, erstes Kennenlernen

Montag

- 09:00 – 12:30 Uhr Gegenseitige Vorstellung und Erwartungsabfrage
Selbstmanagement und Leistungsfähigkeit im Beruf
Was ist (Lebens-) Energie? Wie kann ich meinen Energiezustand besser wahrnehmen? /
Energiebringer und Energiefresser im Arbeitsleben
- 15:00 – 18:10 Uhr Vertiefung der Selbstmanagementkompetenz:
Berufliche Standortbestimmung: Bestandsaufnahme - Erfolge wertschätzen,
Perspektiven ermitteln
- 18:10 – 18:30 Uhr Wahrnehmungskompetenz stärken durch Entspannungstechniken für den Berufsalltag

Dienstag

- 09:00 – 12:30 Uhr Stressmanagement:
Hintergründe zum Thema Stress und Analyse der eigenen (Stress-)Situation
Werte- und Bedürfnisse als Baustein unserer Selbstmotivation
- 15:00 – 18:10 Uhr Fortführung des Themas vom Vormittag
- 18:10 – 18:30 Uhr Wahrnehmungskompetenz stärken durch Entspannungstechniken zur guten und
effizienten Stressreduktion im Beruf

Mittwoch

- 09:00 – 12:30 Uhr Selbstmotivation und Ressourcenmanagement stärken:
Entwicklung mentaler Kraft, einschränkende Glaubenssätze und Antreiber zu identifizieren
und zielgerichtet zu nutzen,
- 14:30 – 18:00 Uhr Zielemanagement und gestärktes Selbstvertrauen
Stärkender Umgang mit belastenden Gefühlen und Gedanken im Berufsalltag

Donnerstag

- 09:00 – 12:30 Uhr Zeit- und Selbstmanagement
Haltung und Handlung im (beruflichen) Alltag
- 14:30 – 18:00 Uhr Fortführung des Themas vom Vormittag
- 18:00 – 18:20 Uhr Wahrnehmungskompetenz stärken durch Entspannungstechniken für den Berufsalltag

Freitag

- 7:45 – 13:00 Uhr Zusammenfassung, weitere Integration des Erlernten in den Arbeitstag,
Auswertung des Seminars und Abschluss

Die Seminarinhalte und Methoden stehen sämtlich im beruflichen Kontext.

Das Seminar umfasst mindestens 30 Zeitstunden Unterricht und erfüllt damit die gesetzlichen Vorgaben. Die vollständige Anwesenheit ist für die Erteilung der Teilnahme-Bescheinigung erforderlich. Programmänderungen vorbehalten

Seminarziele: Es finden täglich Auswertungen, Reflexionen und Transfers in den Berufsalltag statt. Dabei werden die Erkenntnisse und Erfahrungen aus den Vorträgen und Übungen in Einzel-, Klein- oder Großgruppenarbeit in den konkreten Berufsalltag der Teilnehmenden übertragen und auf Anwendbarkeit überprüft. Die Auswirkungen der Seminarthemen auf den Berufsalltag werden - situationsbezogen und teilnehmer*innenorientiert, ausgerichtet auf die Berufsrealität der Teilnehmenden - thematisiert. Jeder Teilnehmende entwickelt neue Kompetenzen (Schlüsselqualifikationen in Selbst- und Sozialkompetenz, Stresskompetenz, Emotionale Kompetenz u.ä.) für das Berufsleben, um so die Arbeitsfähigkeit zu erhalten sowie die berufliche Mobilität zu erweitern.

Zielgruppe: Arbeitnehmer/-innen in beruflichen Prozessen wie Behörden, Dienstleister, Unternehmen, Handwerk, Selbstständige, Entspannungspädagogen, Therapeuten, Berater, Coachs, Arbeitnehmer/-innen im Gesundheitsbereich und sozialen Bereich und für Arbeitnehmer/-innen, die die genannten Kenntnisse für ihre berufliche Tätigkeit benötigen.