

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 19.02.2018 - 23.02.2018 unter der Seminarnummer 833418 das Seminar „Feldenkrais® - Beweglich sein – ein (Berufs-) Leben lang“ durch.

Ich

.....,

wohnhaft in

.....,

beanspruche für diese Bildungsveranstaltung Bildungsurlaub.

Die Unterlagen über die Bildungsveranstaltung (Programm mit Lernzielen, Seminarinhalten und zeitlichem Ablauf) finden Sie umseitig.

Das Seminar gilt als Bildungsurlaub der beruflichen Weiterbildung anerkannt in

- 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)
- Hessen (gemäß § 10, Abs. 4 HBUG, bitte fordern Sie bei uns ein Programm an, das den Vorgaben des Landes Hessen entspricht)
- Saarland: Es handelt sich um eine freistellungsfähige Bildungsveranstaltung gemäß § 6 des Saarländischen Bildungsfreistellungsgesetztes (SBFG). Wir sind nach § 6 Abs. 4 Satz 1 SBFG berechtigt, 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 finden Sie 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).
- Rheinland-Pfalz (gemäß Anerkennung 5276/0843/16 vom 15.12.2015; Anerkennung ist gültig bis 11.06.2018).
- Niedersachsen (gemäß VA-Nr. 17-58333 vom 02.12.2016 für Teilnehmer/innen, die die Veranstaltung im Sinne der heilberuflichen Indikation für die Arbeit mit Klienten benötigen, anerkannt ist der Zeitraum Montag bis Freitag, Anerkennung gültig bis 31.12.2019)

Anerkennungen in weiteren Bundesländern sind auf Anfrage möglich. In den meisten Ländern gelten für die Anerkennung Fristen von sechs bis zehn Wochen vor Seminarbeginn. Bitte erkundigen Sie sich deshalb rechtzeitig bei uns.

LOHMARER INSTITUT FÜR
WEITERBILDUNG (LIW) e.V.
Donrather Str. 44, 53797 Lohmar

(Unterschrift des Veranstalters)

(Unterschrift des/der Teilnehmenden)

SEMINARPROGRAMM

Thema: Feldenkrais® - Beweglich sein – ein (Berufs-) Leben lang
Ort: Kloster Steyl
Dozentin: Anna Karin Engels
Termin: 19.02.2018 - 23.02.2018

Montag

13.30 - 14.30 Uhr	Eröffnung und Begrüßung der Seminarteilnehmenden- Vorstellungsrunde Einführung in das Seminarthema
14.45 - 17.00 Uhr	Theorie und Lernprinzipien der Feldenkrais Methode: Selbstwahrnehmung als Schlüssel zu optimierter Selbstorganisation im Berufsleben. Beweglich sein- ein (Berufs-)Leben lang
17.00 - 18.30 Uhr	Theorie und Lernprinzipien der Feldenkrais Methode: Bewegung und Kinästhetik als Basis für Handlungskompetenz
19.30 - 21.30 Uhr	Kleingruppenarbeit: Transfer und Reflexion zur Weitergabe

Dienstag:

09:00 - 12:15 Uhr	Theorie & Praxis: Selbstregulation und Stressbewältigung, Lektionen am Arbeitsplatz
14:15 - 17:30 Uhr	Theorie & Praxis: Stressreduktion, Spannung lösen, Resilienz steigern Anwendungsmöglichkeiten im beruflichen Kontext

Mittwoch:

09:00 - 12:15 Uhr	Lektionen zu effizienter Körperhaltung im Sitzen, Stehen und Gehen für Beruf und Alltag
14:15 - 17:30 Uhr	Theorie & Praxis: Beweglich sein – ein Leben lang? Wie beeinflussen mich Haltung und Gewohnheit? Wie verändere ich mich? Rückengesundheit und Anwendungsmöglichkeiten im beruflichen Kontext

Donnerstag:

09:00 - 12:15 Uhr	Theorie & Praxis: Beweglich sein – ein Leben lang, Faszien Fitness (Bindegewebe elastisch und kraftvoll aufbauen)
14:30 - 18:00 Uhr	Theorie & Praxis: Feldenkrais Lektionen zur Augengesundheit, Bewegung als Schlüssel zum Wohlfühlgefühl, Anwendungsmöglichkeiten im beruflichen Kontext

Freitag:

08:00 - 13:30 Uhr	Transfer in den Berufsalltag – kreative Umsetzung der Lektionen zur Selbstorganisation im Beruf, Zusammenstellung eines individuellen Programms zur Anwendung in Beruf und Alltag, Zusammenfassung und Abschlussbesprechung
-------------------	---

Die Seminarinhalte werden durch ressourcen-, lösungs- und bewegungsorientierte Verfahren aus der Feldenkrais®-Methode, Psychologie und Sportwissenschaft erarbeitet. Es findet in jedem Unterrichtsblock eine Vermittlung, Anleitung und Reflexion der Seminarinhalte statt, so dass eine Weitergabe der Seminarinhalte möglich ist. Die Seminarteilnehmer/innen erhalten so Anwendungsmöglichkeiten für Ihren jeweiligen beruflichen Kontext, sowie Anleitungshinweise (Didaktik und Methodik) und Raum für Reflexion. So werden die Teilnehmer/innen darin geschult, einen Alltags-Transfer in konkrete Arbeitssituationen zu leisten.

Seminarziele:

- Vermittlung, Anleitung und Reflexion der Seminarinhalte zur Weitergabe (empfohlen insbesondere für Arbeitnehmer/innen aus gesundheitsfördernden, pädagogischen, therapeutischen, sozialen, medizinischen und beratenden Berufen und für Arbeitnehmer/innen in leitender Position zur Weitergabe an Ihre Mitarbeiter/innen)
- Gewährleitung des Transfers in konkrete Arbeitssituationen
- Im Einzelnen: Schulung von Flexibilität und Gelassenheit, Steigerung der Resilienz, Stressreduktion, Verbesserung der physio-mental Lern- und Konzentrationsfähigkeit, Bewegungsökonomie einsetzen und Spannung lösen, Aktive Vorsorge durch verbesserte Selbstorganisation und Selbstwahrnehmung, Rücken- und Augenbeschwerden vorbeugen, Selbstdürsorge lernen, Erweiterung der beruflichen Bewegungs- und Handlungskompetenz

Zielgruppe:

Das Seminar dient der beruflichen Weiterbildung für folgende Zielgruppen:

- Arbeitnehmer/innen, die die genannten Kenntnisse für ihre berufliche Tätigkeit benötigen
- Arbeitnehmer/innen aus gesundheitsfördernden, pädagogischen, therapeutischen, sozialen, medizinischen und beratenden Berufen.

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