

Lohmarer Institut für Weiterbildung e.V.

Donrather Str. 44, 53797 Lohmar

Tel.: 02246/302999-10, Fax.: 02246/302999-19

E-Mail: evinfo@liw.deInternet: <http://www.liw-ev.de>

Focusing-Kompetenztraining

8 Schlüssel zur Kraft

Bildungsurlaub

Sie erlernen 8 einfache, äußerst wirkungsvolle Focusing-Schlüsselwerkzeuge, um sich und andere gut zu führen ohne auszubrennen. Damit können Sie in Kürze gezielt Ihre Kraftquellen und ungenutzte Ressourcen des Körpers und der Intuition aktivieren. Sie stärken Ihre Leistungs-, Regenerations- und Steuerungskompetenz und arbeiten freudvoller und produktiver.

Focusing ist eine empirisch überprüfte, achtsamkeitsbasierte Methode des Erkenntnisgewinns, der Selbsthilfe und professionellen Begleitens von Veränderungsprozessen. Statt langwieriger Kopfgrübeleien gewinnen Sie in erstaunlich kurzer Zeit Klarheit über die für Sie richtigen Handlungsschritte.

Wir üben und reflektieren, welche Werkzeuge Sie in beratenden, lehrenden, therapeutischen, psychosozialen, in Gesundheitsberufen und Leitungsfunktionen umsetzen können.

Seminarziele

- Lernen, mit wenig Aufwand für einen täglich gut gefüllten Akku sorgen lernen, um systematisch Ihre Leistungs-, Selbststeuerungs- und Regenerationskompetenz zu trainieren
- negativen Stress konsequent umwandeln lernen, um schwierige Situationen souverän und professionell zu meistern
- den Fokus auf das Stärkende und Positive in der Arbeit richten lernen
- Stärkung der eigenen Selbstwahrnehmung und Konzentrationsfähigkeit
- Mit Mini-Focusing stimmige Entscheidungen in Kürze treffen lernen



Seminar Nr.:	816817
Termin:	05.11.2017 – 10.11.2017 Sonntag, ca. 18:00 Uhr – Freitag, 13:00 Uhr
Das Seminar beginnt mit dem Abendessen um 18.00 Uhr und endet um 13.00 Uhr mit dem Mittagessen	
Ort:	Langeoog
Preise:	665,- € (incl. ÜVP, EZ-Zuschlag: s. S. 2) 735,- € für Einrichtungen/Firmen
Die Kurtaxe entrichten Sie bitte vor Ort	
Dozentin:	Ulrike Pilz-Kusch
Ulrike Pilz-Kusch , Dipl.-Pädagogin, Buch- und CD-Autorin, zert. Stresstrainerin GKM, zert. Focusing-Trainerin/ Seminarleiterin (DAF), systemisch-lösungsorientierte Coach, EFQM-Assessorin, Tanz- und Theaterpädagogin, Führungskräfte-, Team-, Personalentwicklung,	
Minimale TeilnehmerInnenzahl:	10
Maximale TeilnehmerInnenzahl:	16
Leistungen:	Durchführung des Seminars, Übernachtung, Vollpension, seminarbegleitende Unterlagen, Versicherungen Nicht im Preis enthalten: Kaltgetränke (auch während der Mahlzeiten), Pausengetränke (Kaffee, Tee u.ä.)
Kleingruppenzuschlag: bei 7 Teiln. 5 %, 8 Teiln. 4 % und 9 Teiln. 3 % des Seminarpreises (fakultativ)	





Anreise per Bahn:
Sie erreichen uns von den Bahnhöfen Esens (Ostfriesland) oder Norden. Dort nehmen Sie den Bus nach Bengersiel. Nach der Ankunft im Hafen steigen Sie um in die Inselbahn, die Sie zum Inselbahnhof in

Langeoog befördert. Von dort beträgt der Fußweg ca. 10 Minuten.

Seminarinhalte

- Einführung in Focusing und die 8 Schlüssel-Werkzeuge
- mit Blitztankstellen und Rhythmisieren stark durch den Arbeitstag
- mit Freiraum Stress umwandeln – Probleme leichter lösen
- 3 Schritte zum inneren Kompass - in Kürze stimmige Entscheidungen treffen
- was stärkt und „nährt“ in der Arbeit
- konkretes Handwerkszeug für Büro, beratende, leitende, therapeutische oder pädagogische Arbeit

Organisatorisches

Die autofreie Insel Langeoog gehört zu den Ostfriesischen Inseln vor der Küste Ostfrieslands. Teile der Insel und das Wattenmeer um die Insel gehören zum Nationalpark Niedersächsisches Wattenmeer, das als UNESCO Weltnaturerbe anerkannt ist. Das Wattenmeer ist weitgehend in seinem ursprünglichen Zustand erhalten, es ist das vogelreichste Gebiet Europas und Deutschlands bedeutendster Naturraum.

Übernachtung/Verpflegung: Das VCH Ferien- und Tagungszentrum Hotel „Haus Bethanien“ <http://www.langeoog-bethanien.de> ist teilweise barrierefrei und hat einen Aufzug. Es verfügt über einen Garten und eine Terrasse mit Liegestühlen sowie Strandkörben. Vom Hotel in der Ortsmitte am Kurpark, sind es nur zehn Minuten zum Bahnhof. Schnell sind Sie am 14 Kilometer langen Badestrand und können die Nordsee entdecken.

Das Haus bietet helle, klassisch eingerichtete Zimmer mit TV und eigenem Bad mit einer Dusche. Zwischen folgenden Zimmerkategorien können Sie wählen: EZ mit Dusche/WC: 30 € / Tag Zuschlag, EZ ohne Dusche/WC: 0 € Zuschlag, DZ mit Dusche 15 € Zuschlag / Tag

Anreise per Auto:

Aus Richtung Bremen/Oldenburg fahren Sie auf der A 29 bis zur Abfahrt Wilhelmshaven nach Jever und Wittmund, folgen Sie dann der B 210 Richtung Esens/Bengersiel.

Aus Richtung Oberhausen fahren Sie auf der A 31 bis zur Abfahrt Leer Ost nach Aurich, folgen Sie dann der B 210 in Richtung Wilhelmshaven, dann Esens/Bengersiel. In Bengersiel gibt es genügend Parkplätze

Sonstiges

Weitere Informationen über Anfahrtsbeschreibung, Fahrgemeinschaftslisten etc. erhalten Sie rechtzeitig vor Seminarbeginn.

Wir empfehlen den Abschluss einer **Reise-Rücktrittsversicherung**.

Sicherheit: Eine Haftpflichtversicherung schützt Sie und uns im Schadensfall gegenüber Dritten. Das Seminar ist über eine Reisepreis-Versicherung abgesichert.

Förderungsmöglichkeiten

Verschiedene Bundesländer sowie der Bund übernehmen unter bestimmten Bedingungen einen Teil der Weiterbildungskosten. Nähere Informationen und Voraussetzung finden Sie unter <http://liw-ev.de> (Berufliche Kompetenz) Wir beraten Sie gerne.

Bildungsurlaub

Das LIW ist eine gemäß § 10 AWbG (NRW) anerkannte Weiterbildungseinrichtung. Das Seminar dient im Sinne der §§ 1 Abs. 3 und 9 Abs. 1 AWbG (NRW) der beruflichen Weiterbildung.

Das Seminar gilt in NRW, Saarland und Hessen als Bildungsurlaub anerkannt. Anerkennungen in anderen Bundesländern liegen vor bzw. können beantragt werden. Bitte setzen Sie sich mit uns in Verbindung.

Wenn Sie in Hessen arbeiten, kann der Arbeitgeber ein Programm einfordern, in dem 20% gesellschaftspolitischer Anteil ausgewiesen sind. Auf Anfrage lassen wir Ihnen dieses Programm zukommen.

Zur Beantragung des Seminars als Bildungsurlaub bei Ihrem Arbeitgeber reichen Sie die „Mitteilung für den Arbeitgeber“ ein.

Bei Problemen bei der Beantragung des Seminars als Bildungsurlaub wenden Sie sich bitte an uns.

Sie können natürlich auch an diesem Seminar teilnehmen, wenn Sie nicht erwerbstätig sind oder statt Bildungsurlaub Ihren Tarifurlaub in Anspruch nehmen.