



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 am 03.06.-07.06.2019 unter der Seminarnummer 803619 das Seminar „Mehr Energie und Effektivität im Berufsleben“ durch.

Ich

wohnhaft in

beanspruche für diese Bildungsveranstaltung Bildungsurlaub.

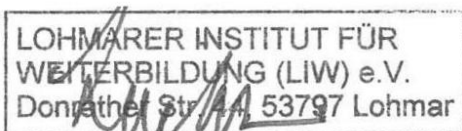
Die Unterlagen über die Bildungsveranstaltung (Programm, zeitlicher Ablauf, Lernziele) finden Sie umseitig.

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)
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 noch personenbezogene Anforderungen an die Bildungsmaßnahme (Berufsbezug) 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).
Niedersachsen (gemäß Anerkennung 19-70725 vom 07.03.2019, anerkannt ist der Zeitraum Montag-Freitag, Anerkennung gültig bis 31.12.2021)
Rheinland-Pfalz (gemäß Anerkennung 5276/2302/19 vom 25.3.2019, Anerkennung gültig bis 02.06.2021)
Für Hamburg gilt: Nach dem Hamburgischen Bildungsurlaubsgesetz HmbBUG 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 HmbBUG).

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: Mehr Energie und Effektivität im Berufsleben
Ort: Tromm, Odenwald
Dozentin: Svenja Paus
Termin: 03.06.-07.06.2019

Montag

13.30 - 15.00 Uhr Eröffnung und Begrüßung, TeilnehmerInnenvorstellung,
Einführung in die Seminarthematik, persönliche Ziele für das Seminar
15.15 - 17.15 Uhr Identifizierung eigener Energieräuber und -spender im (beruflichen) Alltag
19.00 - 21.15 Uhr Bestandsaufnahme der derzeitigen (beruflichen) Situation.
Vorhandene Ungleichgewichte, Unzufriedenheiten, innere/äußere
Blockaden aufdecken und anerkennen.

Dienstag

09.00 - 12.15 Uhr Berufliches Veränderungsmanagement I: Die positiven Seiten der Situation
entdecken - Die persönlichen Kraftquellen entdecken und nutzen lernen
15.00 - 17.40 Uhr Berufliches Veränderungsmanagement II: Das eigene Zeitmuster im
(beruflichen) Alltag - Das persönliche Potential entdecken und spüren
17.45 - 18.15 Uhr Übungen zur guten und effizienten Stressverminderung in Berufssituationen

Mittwoch

09.00 - 12.15 Uhr Prioritätensetzung: Was ist wichtig? Wertklärung
Ziele gehirngerecht formulieren, Zielmanagement als Zeitmanagement
15.00 - 17.40 Uhr Zeit- und Selbstmanagement-Strategien, Zeitfallen im (beruflichen) Alltag
17.45 - 18.15 Uhr Entspannungstraining für Berufssituationen
19.15 - 21.15 Uhr Wirkung verschiedener Methoden für mehr Energie im Berufsalltag

Donnerstag

09.00 - 12.15 Uhr Die zentralen Gesetze der Effizienz, Methoden und Techniken zur Steigerung
Ihrer persönlichen Effizienz im Berufsleben
15.00 - 17.40 Uhr Umsetzung und Planung - Träumer, Umsetzer und Controller in Aktion
17.45 - 18.15 Uhr Übungen zur guten und effizienten Stressverminderung in Berufssituationen

Freitag

08.15 - 11.45 Uhr Möglichkeiten der Integration: Wie greife ich gerade in gewohnten Situationen
auf das neu Erfahrene und Gelernte zurück
11.45 - 13.15 Uhr Zusammenfassung des Seminars und Abschlussbesprechung

Die Seminarinhalte und Methoden stehen im beruflichen Kontext. 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 Teilnehmer übertragen und auf Anwendbarkeit überprüft. Die Auswirkungen der Seminarthemen auf den Berufsalltag (z.B. Arbeitsleistung, Handlungsfähigkeit, Umgang mit Konflikten, Kommunikation im Team und zu Kunden) werden - situationsbezogen und teilnehmerorientiert ausgerichtet auf die Berufsrealität der Teilnehmer - thematisiert.

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

Es finden Meditationen und achtsame Bewegungsübungen außerhalb der gesetzlich vorgeschriebenen 30 Zeitstunden statt: Di-Do: 7.40-8.00 Uhr, Fr: 7.00-7.20 Uhr, Di und Do: 19.15-19.35 Uhr

Es finden Aufenthalte in der Natur außerhalb der gesetzlich vorgeschriebenen 30 Zeitstunden statt:

Mo: 17.30-18.15 Uhr, Di-Do: 13.15-14.45 Uhr

Seminarziele: Jede/r Teilnehmer/in soll neue Kompetenzen (Selbst- und Sozialkompetenz, Stresskompetenz, Emotionale Kompetenz, Konflikt- und Kommunikationskompetenz, Teamkompetenz, Begleitung von Klienten u.ä.) für sein Berufsleben entwickeln, um so seine Arbeitsfähigkeit zu erhalten, seine berufliche Mobilität zu erweitern und für die Herausforderungen der zukünftigen Arbeitswelt (Agilität, Zukunftsfähigkeit, Arbeitswelt 2030) vorbereitet zu sein. Im Einzelnen: Umgang mit Energieräubern und Stärkung von Energiespendern, Ziele formulieren und erreichen können sowie Klarheit darüber, was wichtig im Leben ist und wie ich mein Berufsleben gestalten kann (gestärktes Ziel- und Selbstmanagement), bewusster und erfolgreicher Umgang mit Stress, gestärkte Selbststeuerung und Entspannungsfähigkeit (verbessertes Stressmanagement)

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.