

Mitteilung für den Arbeitgeber

Das Lohmarer Institut führt am 12.05.2024 – 17.05.2024 unter der Seminarnummer 805524 das Seminar „50+ mit Power und voller Erfahrungen“ 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

- **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**: Wir sind nach § 6 Absatz 4 Satz 1 des Saarländischen Bildungsfreistellungsgesetzes (SBFG) vom 10. Februar 2010, zuletzt geändert durch das Gesetz vom 20. April 2016 (Amtsbl. I S. 382) befugt, 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 B22-111348-88 vom 17.08.2021, anerkannt ist der Zeitraum Montag-Freitag, Anerkennung gültig bis 31.12.2024)
- **Bremen** (gemäß Anerkennung 23-14 2022/601KB vom 07.09.2022, Anerkennung gültig bis 06.09.2024).
- **Berlin** (gemäß Anerkennung II A 72-122290 vom 31.03.2023 für Arbeitnehmer/innen ab 50 Jahre, anerkannt ist der Zeitraum Montag-Freitag, Anerkennung gültig bis 27.08.2025)
- **Hessen** (gemäß Anerkennung III7-55n-4145-1294-23-1427 vom 14.11.2023, Anerkennung gültig bis 11.05.2026)
- **Brandenburg** (gemäß Anerkennung 46.15-57482 vom 12.03.2024 für Arbeitnehmer/innen ab 50 Jahre, anerkannt ist der Zeitraum Montag-Freitag, Anerkennung gültig bis 17.05.2024)
- 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 50+ mit Power und voller Erfahrungen	Dozentin Anja Lindau
Ort Boltenhagen	Termin 12.05. – 17.05.2024

Sonntagabend

Anreise, Zimmerverteilung, Begrüßung, Abendessen, erstes Kennenlernen

Montag Einführung in das Thema

09.00 - 12.30 Uhr

Einführung in das Thema, wie sich das Leben/Berufsleben mit zunehmendem Alter verändert; Bestandsaufnahme – der individuelle Ist-Zustand, die persönliche Berufslaufbahn; Wo stehe ich im Berufsleben heute? - Selbsteinschätzung, Analyse des Status quo

14.30 - 18.00 Uhr

Reflexion des Arbeitsalltags: Den individuellen Ist-Zustand beschreiben
Was hat sich im Laufe meines Berufslebens verändert? Wie bin ich mit Veränderungen bisher umgegangen? (Veränderungskompetenz)
Strategien erkennen, Lösungsansätze sammeln und austauschen;
Gibt es Unterschiede in verschiedenen Berufsgruppen? (Lösungskompetenz)

Dienstag Ressourcen und psychologische Faktoren zur Erhaltung der Arbeitsfähigkeit

09.00 - 12.30 Uhr

Eigene beruflich einsetzbare Ressource erkunden: Über welche Fähigkeiten verfüge ich und welche wachsen mit dem Alter? Was fällt leichter und was schwerer? Wo sehe ich Chancen? Was für ein Typ bin ich und unter welchen Bedingungen laufe ich auf vollen Touren? (Ressourcenkompetenz)

14.30 - 18.00 Uhr

Selbstmanagement im Beruf:
Das eigene Verhalten erkunden; Blockaden erkennen und lösen; Welche Fähigkeiten nehmen tendenziell ab? Was brauche ich für die Zufriedenheit im Beruf? Achtsamkeit auf die eigenen Potenziale. (Selbstwirksamkeitskompetenz)

Mittwoch Stress, Rollenverhalten, Erhaltung der Leistungsfähigkeit

09.00 - 12.30 Uhr

Erhaltung der Arbeitsfähigkeit: Der Körper als wichtiges Vehikel
Der Faktor Stress am Arbeitsplatz, mit Kollegen; der sinnvolle Umgang mit Stress; Balance im Arbeitsalltag herstellen; Reflexion zum Kräfteverfall und wie begegne ich diesem im Berufsalltag? (Gesundheitliche) Einschränkungen durch das Alter (Stresskompetenz)

14.30 - 18.00 Uhr

Reflexivität: Welche Rollen nehme ich im Berufsleben ein? Wie ist der Umgang mit jungen Mitarbeitern (Rollenkompetenz)

Donnerstag Ziele setzen, Handlungskompetenz

09.00 - 12.30 Uhr

Zielarbeit: Ziele für die kommenden Berufsjahre definieren; Was ist mir wichtig?
Welche Visionen will ich leben? Welche Optionen möchte ich noch ziehen? (Zielekompetenz)

14.30 - 18.00 Uhr

Wie gestalte ich die letzten Jahre meines Berufslebens? Was ist möglich?
Perspektiven... Impulse durch die Gruppe – Realitätsbezug inbegriffen;
Nur Mut – die Vision für die letzten Berufsjahre ausarbeiten; Visionen mit Bodenhaftung; einen Plan entwerfen; die Neuausrichtung starten; (Selbstwirksamkeitskompetenz)

Freitag Resümee, Abschluss

08.00 - 11.00 Uhr

Weitere Integration des im Seminar erlernten in den Arbeitsalltag - Den Plan als Weg beschreiten; erste Schritte konkretisieren (Selbstwirksamkeitskompetenz)

11.30 - 13.30 Uhr

Resümee, Feedback und Abschluss der Woche.

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 Teilnahmebescheinigung erforderlich. Programmänderungen vorbehalten.

Seminarziele: Erhalt und Ausbau von Sozialkompetenz, Zeitmanagement, Stresskompetenz, Emotionaler Kompetenz, Fähigkeit zur Begleitung von Klienten u.ä. 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 teilnehmendenorientiert, ausgerichtet auf die Berufsrealität der Teilnehmenden - thematisiert.

Berufliche Kompetenzen wie Selbstwirksamkeitskompetenz, Zielekompetenz, Veränderungskompetenz, Rollenkompetenz, Ressourcenkompetenz, Stresskompetenz, Handlungskompetenz, Lösungskompetenz werden ausgebaut und erweitert. Die Teilnehmenden sollen so die Arbeitsfähigkeit erhalten sowie die berufliche Mobilität zu erweitern.

Zielgruppe: Arbeitnehmer und Arbeitnehmerinnen, die die vermittelten Kompetenzen für ihre berufliche Tätigkeit benötigen und für ihr Berufsleben erweitern möchten. Das Seminar steht Ihnen auch offen, wenn Sie keinen Bildungsurlaub/Bildungszeit in Anspruch nehmen können oder wollen.

Für die Inanspruchnahme von Bildungsurlaub bzw. Bildungszeit gelten ggf. bundeslandsspezifisch zusätzliche Einschränkungen. Diese finden Sie in der Arbeitgeber-Bescheinigung auf Seite 1 beim Anerkennungsbescheid des jeweiligen Bundeslandes.