BILDUNG LEBENDIG INSPIRIEREND

Lohmarer Institut für Weiterbildung e.V I Donrather Str. 44 I 53797 Lohmar
Tel.: 02246/302999-10 I Fax.: 02246/302999-19 I evinfo@liw.de I www.liw-ev.de

Mitteilung für den Arbeitgeber

Das Lohmarer Institut führt am 14.11.2027 – 19.11.2027 unter der Seminarnummer 806627 das Seminar „Work-Life-Balance - Bildungsurlaub für Frauen“ 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 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).
- **Saarland**: Es handelt sich um eine freistellungsfähige Bildungsveranstaltung gemäß § 6 des saarländischen Bildungsfreistellungsgesetzes (SBFG), in der aktuellen Form gültig seit 09.05.2024. Wir sind berechtigt, nach § 6 Abs. 7 Satz 1 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).
- **Thüringen** (gemäß Anerkennung 27-0342-4068 vom 26.09.2022, unbegrenzt gültig)
- **Niedersachsen** (gemäß Anerkennung B26-135916-22 vom 08.10.2025, gültig bis 31.12.2028)
- **Rheinland-Pfalz** (gemäß Anerkennung 5276/3342/26 vom 24.08.2026, gültig bis 05.12.2028)
- **Hessen** (gemäß § 11 Abs. 1 und 3 i. V. m. § 12 HBUG unter dem Geschäftszeichen III7-55n-41451294-26-2847 vom 13.10.2026. Anerkannt ist der Zeitraum Montag bis Freitag, Anerkennung gültig bis 05.12.2028).

- 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 10 - 12 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	Work-Life-Balance - Bildungsurlaub für Frauen Neue Handlungskraft für den Alltag	**Dozentin**	Britta Pütz
Ort	Baltrum	**Termin**	14.11.2027 – 19.11.2027

Sonntagabend Anreise, Zimmerverteilung, Begrüßung, Abendessen, erstes Kennenlernen

Montag

09.00 – 12.00 Uhr Gegenseitige Vorstellung und Erwartungsabfrage
Leistungsfähigkeit im Beruf aktivieren und erhalten:
Wie aktiviere und erhalte ich meine im Beruf erforderliche Leistungskraft?

14.00 – 17.40 Uhr Rollenklärung und Energiemanagement im Berufsalltag:
Identifikation, Differenzierung und Bewertung der verschiedenen Rollen und beruflichen Aufgaben sowie Umgang mit der vorhandenen Energie

17.40 – 18.00 Uhr Wahrnehmungskompetenz stärken durch Entspannungsübungen zur Stärkung der Stresskompetenz

Dienstag

09.00 – 12.00 Uhr Grundlagen eines funktionierenden Selbstkonzepts
Die fünf Säulen der Identität im Kontext der persönlichen Berufsplanung

14.00 – 18.00 Uhr Veränderungskompetenzen für (berufliche) Herausforderungen und Ziele nutzbar machen:
Umgang mit psychosomatischen Reaktionen, Demotivation, negativen Gedanken und belastenden Gefühlen

Mittwoch

09.00 – 12.30 Uhr Kommunikations- und Selbststeuerungskompetenz stärken
(Neu-) Gestaltung von Kommunikationsabläufen zur Stressvermeidung im Beruf
Grundsätze und Erwartungshaltungen

14.00 – 17.30 Uhr Selbst- und Fremdwahrnehmung in beruflichen Kommunikationsprozessen
Stärkung der Zielgerichtetheit, Konzentration und Standfestigkeit

Donnerstag

09.00 – 12.30 Uhr Selbstmanagement und Unterstützersysteme in beruflichen Krisensituationen
Bewusster Umgang mit der Ressource „Zeit“

14.00 – 17.30 Uhr Kleingruppencoaching und Bearbeitung individueller Anliegen für mehr Ausgeglichenheit und Leistungskraft am Arbeitsplatz

Freitag

08.15 – 13.30 Uhr Authentizität im beruflichen Handeln
Auswertung des Seminars und Abschluss

Das Seminar umfasst mindestens 30 Zeitstunden Unterricht und erfüllt damit die gesetzlichen Vorgaben. Die vollständige Anwesenheit ist für die Erteilung der Teilnahmebescheinigung erforderlich. Der Sonntag dient der Anreise und ist nicht Bestandteil des Seminars im Sinne der Bildungszeit/des Bildungsurlaubsgesetzes. Programmänderungen vorbehalten. Zeitliche Verschiebungen im Seminarablauf, beispielsweise durch die Essenszeiten im Veranstaltungshaus, sind möglich.

Baltrum ist tideabhängig. Daher kann es zu Verschiebungen des Seminars (Anfang und Ende) kommen.
Die Anzahl der Unterrichtsstunden bleibt gewährleistet. Bitte beachten Sie die Hinweise zur An- und Abreise.

Seminarziele: 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 Teilnehmenden übertragen und auf Anwendbarkeit überprüft. Die Auswirkungen der Seminarthemen auf den Berufsalltag werden - situationsbezogen und teilnehmendenorientiert, ausgerichtet auf die Berufsrealität der Teilnehmenden - thematisiert. Die Teilnehmenden entwickeln 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.
Diese sind im Einzelnen:

- Sie entdecken Ihr persönliches Potenzial und die im Moment wichtigsten Ziele.
- Sie gewinnen durch die Wahrnehmung Ihrer Ressourcen Selbstvertrauen und eröffnen neue Perspektiven.
- Sie erweitern Ihre berufliche Handlungsfähigkeit mit Hilfe von Schlüsselkompetenzen zur persönlichen Effektivität und Effizienz.
- Sie bekommen neue Energie, innere Zufriedenheit und Freude mit sich und Ihrer beruflichen Tätigkeit.

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. bundeslandspezifisch zusätzliche Einschränkungen. Diese finden Sie in der Arbeitgeber-Bescheinigung auf Seite 1 beim Anerkennungsbescheid des jeweiligen Bundeslandes.