

### Mitteilung für den Arbeitgeber

Das Lohmarer Institut führt am 14.07. - 19.07.2024 unter der Seminarnummer 817924 das Seminar „Im Herbst des Berufslebens - Perspektive 60 – Den Berufsalltag mit Flexibilität, Motivation und Gelassenheit gestalten“ 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**: Es handelt sich um eine freistellungsfähige Bildungsveranstaltung gemäß § 6 des 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](http://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 23-0342-2039 vom 04.09.2018, anerkannt ist der Zeitraum Montag bis Freitag)
- **Niedersachsen** (gemäß Anerkennung B24-123216 vom 31.08.2023, anerkannt ist der Zeitraum Montag-Freitag)
- **Hessen** (gemäß Anerkennung I I 17-55n-4145-1294-23-0 892 vom 23.08.2023, anerkannt ist der Zeitraum Mo-Fr, Anerkennung gültig bis 14.07.2026)
- **Hamburg** (gemäß Anerkennung HI 43-1/406-07.5,61677 vom 02.11.2023, Anerkennung gültig bis 01.11.2026)
- **Rheinland-Pfalz** (gemäß Anerkennung 5276/1240/24 vom 24.01.2024, Anerkennung gültig bis 13.07.2026)
- **Bremen** (gemäß Anerkennung 23-14 2024/372 vom 15.04.2024, Anerkennung gültig bis 14.07.2026).

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/der Teilnehmenden)

# SEMINARPROGRAMM

Thema: Im Herbst des Berufslebens - Perspektive 60 – Den Berufsalltag mit Flexibilität, Motivation und Gelassenheit gestalten  
Ort: Bernried  
Dozent: Andreas Neimcke  
Termin: 14.07. - 19.07.2024

**Sonntagabend** Anreise, Zimmerverteilung, Abendessen

## **Montag**

09.00 - 12.15 Uhr Begrüßung, erstes Kennenlernen  
Die besonderen Herausforderungen im beruflichen Leben ab 50  
14.45 - 17.45 Uhr Was kann ich beruflich noch meistern und angehen – Flexibilität, Motivation, Gelassenheit im beruflichen Alltag  
17.50 - 18.20 Uhr Achtsamkeitsübung zum Thema Flexibilität, Motivation, Gelassenheit

## **Dienstag**

09.00 - 09.45 Uhr Reflexion des vorherigen Tages, Möglichkeiten der Integration in den Berufsalltag  
09.50 - 12.15 Uhr Arbeitsfähigkeit, Flexibilität und Motivation bei älteren Mitarbeitern  
14.45 - 17.45 Uhr Umgang mit Wandel („Change“) in der Arbeitswelt – Umgang mit Müdigkeit, Frustration, Sinnlosigkeit ab 50  
17.50 - 18.20 Uhr Achtsamkeitsübung: Flexibilität und Motivation

## **Mittwoch**

09.00 - 09.45 Uhr Reflexion des vorherigen Tages, Möglichkeiten der Integration in den Berufsalltag  
09.50 - 12.15 Uhr Sinnhaftigkeit im Herbst des beruflichen Lebens – vom Sinn, noch gebraucht zu werden – Auswirkung auf die Motivation älterer Mitarbeiter/innen  
14.45 - 17.45 Uhr Alte Wertvorstellung versus Raum für neue Entwicklungen – Ein „Minus“ in ein „Plus“ verwandeln  
17.50 - 18.20 Uhr Achtsamkeitsübung: Ein Minus in ein Plus verwandeln  
19.40 - 20.25 Uhr Achtsamkeitsübung: Die Kraft des Augenblicks

## **Donnerstag**

09.00 - 09.45 Uhr Reflexion des vorherigen Tages, Möglichkeiten der Integration in den Berufsalltag  
09.50 - 12.15 Uhr Gehöre ich wirklich zum alten Eisen? Oder wie kann ich als älterer Mitarbeiter meine (Lebens-)Erfahrung gewinnbringend für alle Mitarbeiter im Unternehmen einbringen?  
14.45 - 17.45 Uhr Wandel, Abschiednehmen und Neubeginn: Gestaltung des Endes des Berufslebens und der Zeit danach  
17.50 - 18.20 Uhr Achtsamkeitsübung zum Thema Kommunikation

## **Freitag**

07.55 - 09.00 Uhr Reflexion des vorherigen Tages, Möglichkeiten der Integration in den Berufsalltag  
09.00 - 12.15 Uhr Integration neuer Verhaltensweisen zum Thema „Herausforderungen im Herbst des beruflichen Lebens annehmen“  
12.15 - 13.05 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 – je nach Bedarf der Teilnehmenden – 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 (z.B. Arbeitsleistung, Handlungsfähigkeit, Umgang mit Konflikten, Kommunikation im Team und zu Kunden) werden - situationsbezogen und teilnehmerorientiert ausgerichtet auf die Berufsrealität der Teilnehmenden - 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 außerhalb der gesetzlich vorgeschriebenen 30 Zeitstunden statt (Mo-Fr: vor dem Frühstück, Mo-Do: nach dem Abendessen). Es finden Aufenthalte in der Natur außerhalb der gesetzlich vorgeschriebenen 30 Zeitstunden statt.

**Seminarziele:** Die Teilnehmenden sollen bestehende Kompetenzen (Selbst- und Sozialkompetenz, Stresskompetenz, Emotionale Kompetenz, Konflikt- und Kommunikationskompetenz, Teamkompetenz) aus dem Berufsleben weiterentwickeln, um so die Arbeitsfähigkeit zu erhalten sowie die berufliche Mobilität zu erweitern. Im Einzelnen: Motivation und Arbeitsfähigkeit, Umgang mit Veränderungen, Weitergabe von Wissen, Umgang mit dem Ende des Berufslebens, Achtsamkeit

**Zielgruppe:** Arbeitnehmer und Arbeitnehmerinnen, die die vermittelten Kompetenzen für ihre berufliche Tätigkeit benötigen und für ihr Berufsleben erweitern möchten. Die Beantragung eines Bildungsurlaubs / einer Bildungszeit ist keine Voraussetzung für Ihre Teilnahme, das Seminar steht Ihnen also auch offen, wenn Sie keinen Bildungsurlaub bzw. keine Bildungszeit in Anspruch nehmen.