

Mitteilung für den Arbeitgeber

Das Lohmarer Institut führt vom 23.11. – 27.11.2026 unter der Seminarnummer 897826 das Seminar „Strahlend ich - Der Weg zu Selbstbewusstsein, Präsenz und innerer Stärke“ durch.

Ich

wohnhaft in

beanspruche für diese Bildungsveranstaltung Bildungsurlaub.

Die Unterlagen über die Bildungsveranstaltung (Programm mit Lerninhalten, zeitlicher Ablauf) 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). Das Lohmarer Institut für Weiterbildung e.V. ist eine nach dem Weiterbildungsgesetz NRW anerkannte Einrichtung (Aktenzeichen IV C 2-21-8-1588/82).
- **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)

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 Strahlend ich - Der Weg zu Selbstbewusstsein, Präsenz und innerer Stärke	Dozentin Sarah Roelandt
Ort Steinbergs Wildewiese, Sundern	Termin 23.11. – 27.11.2026

Montag

13.00 – 14.00 Uhr	Eröffnung Begrüßung der Seminarteilnehmer, Vorstellung der Teilnehmenden
14.00 – 16.00 Uhr	Selbstbild verstehen Selbst- und Fremdwahrnehmung – Die eigene Ausstrahlung erkennen
16.45 – 18.45 Uhr	Ursachenerkennung Auswirkungen im Alltag und Beruf Eigene Ausstrahlung nutzen Auswirkungen im Alltag und Beruf

Dienstag

09.15 – 12.15 Uhr	Selbstwertgefühl stärken – Innere Haltung und emotionale Stabilität
15.15 – 18.45 Uhr	Selbstbild im Berufsalltag – Sicherheit in anspruchsvollen Situationen

Mittwoch

09.15 – 12.15 Uhr	Selbstbewusst auftreten – Körpersprache, Stimme, Präsenz Berufliche Themen klar und selbstsicher intern sowie extern vertreten
15.15 – 18.45 Uhr	Kommunikation mit innerer Stärke – klar, ruhig, wertschätzend, positiv

Donnerstag

09.15 – 12.15 Uhr	Einführung in die Selbsthilfe – Innere Ruhe und Klarheit statt Anspannung und Selbstzweifel
15.15 – 18.45 Uhr	Persönliche Selbstwertstrategie entwickeln, Resilienz fördern

Freitag

07.30 – 10.00 Uhr	Veränderungen nachhaltig verankern. Nutzung der Erkenntnisse für die eigene (berufliche) Zielsetzung.
10.15 – 13.30 Uhr	Möglichkeiten der Integration: Wie greife ich gerade in stressigen Situationen auf das neu Erfahrene und Gelernte zurück?
13.30 – 14.00 Uhr	Zusammenfassung, Organisatorisches und Abschlussrunde

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.

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 teilnehmenden orientiert, ausgerichtet auf die Berufsrealität der Teilnehmenden - thematisiert.

Die Teilnehmenden entwickeln neue Kompetenzen (Selbst- und Sozialkompetenz, Stresskompetenz, Emotionale Kompetenz, Konflikt- und Kommunikationskompetenz u.ä.) für das Berufsleben, um so die Arbeitsfähigkeit zu 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. bundeslandspezifisch zusätzliche Einschränkungen. Diese finden Sie in der Arbeitgeber-Bescheinigung auf Seite 1 beim Anerkennungsbescheid des jeweiligen Bundeslandes.