EAG FPI

Europäische Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Naturtherapien und Kreativitätsförderung

Informationen zum Seminar:

Energie tanken Outdoor Aktiv für den Berufsalltag

Das Seminar richtet sich an Teilnehmende aus gesundheitsfördernden, pädagogischen, therapeutischen, sozialen, medizinischen und beratenden Berufen sowie anderen Berufsgruppen, die die Seminarinhalte für ihre berufliche Tätigkeit benötigen. Das Seminar kann jedoch auch unabhängig davon gebucht werden.

Bewegung Outdoor in seiner Vielfalt und seinem Bezug zur umgebenden Natur stehen im Mittelpunkt dieser Veranstaltung.

Dabei geht es um fachlich angeleitete Outdooraktivitäten rund um die Bevertalsperre.

Mit dem Kanadier die Buchten der Bevertalsperre entdecken, Klettern im nahegelegenen Klettergarten Hückeswagen oder Geocache um den See sind so ausgelegt, dass alle Neueinsteiger herzlich eingeladen sind, sich die Zeit zu nehmen und neue Bewegungserfahrungen zu genießen.

Begleitet werden diese Aktivitäten von einem Transfer in die alltäglichen Arbeitssituationen.

Stichworte sind hier z.B.: Umgang mit Zielen, Entscheidungen treffen, Lust am Scheitern, kooperieren im Team. Mit Humor und Leichtigkeit nähern wir uns diesen Themen und wollen gemeinsam, aktive, spannende und bewegliche Tage erleben.

Angeleitet werden Sie von einem erfahrenen Sportlehrer, Teamtrainer und Erlebnispädagogen.

Besondere Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Termin: 10.06. - 14.06.2024
29.07. - 02.08.2024
23.09. - 27.09.2024

Leitung: Ulrich Grocholl, Teamtrainer, Sportlehrer, Erlebnispädagoge, Biologe

EAG FPI

Europäische Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Naturtherapien und Kreativitätsförderung

Programm

Tag / Zeit	Thema	UE
Montag		
15.30 - 17.00 17.00 - 18.30	• Begrüßung, Organisation, Ankommen • Vorstellungsrunden, Erwartungsabfrage, Basis schaffen • Aktiv Übungen: den eigenen Platz einnehmen →Thema: Kennenlernen und Vertrauen	4
20.00 - 21.30	• Transfer: Vertrauen als Element des beruflichen Alltags, Persönlicher Umgang mit Vertrauen	2
Dienstag		
09.00 - 09.45 09.30 - 12.30	• Morgenimpuls / Warm up (körperlich/spielerisch) • Kooperationsaufgaben Outdoor • Kommunikation im Team	1 4
14.30 - 17.30	Einführung Paddeln im Kanadier Kanutour auf der Bevertalsperre	4
19.30 - 20.15	• Transfer: • Kommunikation im Team beruflich / privat Fokussieren eines beruflichen / privaten Zieles • Was hält mich ab / Intuition als Ratgeber	1
Mittwoch		
09.00 - 10.30	• Morgenimpuls / Warm up (körperlich / spielerisch) • Unbekannte Wege / Neue Ziele finden • Üben des Umgangs mit GPS Geräten	2
10.45 - 16.00	• Aktiv Geländetour / Geocache: • Darin → Austausch / Plenum / Thinkin' Walk: Verschiedene Arten von Zielen, Konflikte durch widersprüchliche Ziele	7
19.30 - 20.15	• Transfer: • Persönlicher Umgang mit beruflichen / privaten Zielen • Persönliche Ressourcen bzgl. eigener Ziele • Kompromisse eingehen in Konfliktsituationen	1

Donnerstag		
09.00 - 10.00	• Morgenimpuls / Warm up (körperlich/spielerisch)	1,3
10.00 - 12.00	• Austausch / Plenum Was sind schwierige Entscheidungen Entscheidungen treffen Umgang mit Veränderungen	2,6
13.30 - 17.15	• Klettergarten: →Thema: Entscheidungen treffen (Klettern und Austausch in Kleingruppenarbeit über Erlebtes im Wechsel)	5
19.30 - 20:15	• Transfer: Persönliche Schritte zum Erleichtern von Entscheidungen	1
Freitag		
09.00 - 09:45	• Morgenimpuls / Warm up (körperlich / spielerisch) • Offene Themen, Fragen, Wunschkonzert	1
10.00 - 12.30	• Persönliches Lernprofil • Was kann ich mitnehmen, in den beruflichen Alltag • Seminarauswertung	3,3
		40,2

Zum Stundenplan:
Programmänderungen vorbehalten.
Die pädagogische Freiheit für evtl. notwendige Verschiebungen bleibt unberührt, da sich Lerninhalte in individuellen Lernprozessen und Gruppendynamiken entfalten.

An unserem Institut unterrichten wir grundsätzlich mit einer hohen Theorie- und Praxisverschränkung. (Theorie 60 %, Praxis 40 %). Daher schließen sich an die theoretischen Vermittlungen grundsätzlich praktische Übungen an, um das Gelernte auch später in die Praxis umzusetzen.

Zielgruppe: Unser Bildungsurlaubsangebot richtet sich zunächst berufsgruppenunspezifisch an alle interessierten Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer.

Im Besonderen richtet sich diese Veranstaltung an folgende Zielgruppen:
- Arbeitnehmer/innen, die die genannten Kenntnisse für ihre berufliche Tätigkeit benötigen.
- Arbeitnehmer/innen aus gesundheitsfördernden, pädagogischen, therapeutischen, sozialen, medizinischen und beratenden Berufen.

Veröffentlichungen: Internet: www.eag-fpi.com und www.bildungsurlaub.de, Jahresprogramm EAG (gedruckte Broschüre)