

BILDUNGSURLAUB / BILDUNGSZEIT 2024

Perspektivwoche „60 plus“

Mit Achtsamkeit und Bewegung in der Natur berufliche Übergänge gestalten.



Informationen zum/zur EAG-Bildungsurlaub Bildungszeit:

Berufstätige Menschen identifizieren sich – ohne, dass es ihnen immer ganz bewusst ist - in hohem Maße über ihr Berufsleben, ihre Tätigkeit und oder Position in der Firma oder Organisation. Sie erleben Anerkennung und Status, weil sie sich in irgendeiner Form produktiv fühlen oder erfahren Befriedigung, wenn die Dinge gut von der Hand gehen. Mit den KollegInnen sind sie oft über lange Jahre freundschaftlich verbunden. - Aber wie ist es, wenn sich in den nächsten 3 oder 4 Jahren im Alter von 60 plus das Ende der Berufstätigkeit ankündigt und ein Übergang gestaltet werden muss? Wie kann ich auch die letzten Jahre meines Berufslebens für alle Beteiligten mit Elan und Freude zufriedenstellend gestalten? Wie gelingt es, meine berufliche (Lebens-) Erfahrung gewinnbringend für alle Mitarbeitenden im Unternehmen einzubringen? In diesem Bildungsurlaub möchten wir Sie einladen, diesen Fragen, auf der Basis Ihrer eigenen Berufs- und Lebenserfahrungen, auf den Grund zu gehen. Dies geschieht neben theoretischen Inputs in Verbindung mit viel Bewegung am See, Naturerfahrungen, Kreativität und Achtsamkeit, indem Sie erleben, wie Sie die Herausforderungen mit 60 plus mit Achtsamkeit angehen können und gerade diese entscheidende Phase Ihres (Berufs-)Lebens für Sie und Ihren Arbeitgeber zu einer win-win-Situation machen. Die Bildungswoche ist so aufgebaut, dass sich Übungen und Arbeitseinheiten draußen in der Natur wie auch indoor abwechseln. Achtsamkeits- sowie Walk and Talk-Wanderungen um den See, Morgenübungen mit viel Bewegung sowie abendliche Ruhe-Meditationen runden das Programm ab.



DozentIn:	Annette Höhmann-Kost, Dipl.-Supervisorin
Termin:	5 Tage, 09.09. – 13.09.2024
Unterrichtseinheiten	35,5 Zeitstunden
TeilnehmerInnenanzahl:	8 – 16
Gebühren	610,- € inkl. ÜVP im EZ (eigenes Bad 10,- € Zuschlag/Nacht)

Leistungen:

5 Übernachtungen mit Vollpension im Einzelzimmer; Studienleitung, Programmdurchführung. Nicht im Preis enthalten: An- und Abreise.

Anerkennungen:

Als Bildungsurlaub / Bildungszeit anerkannt in NRW, Baden-Württemberg, Niedersachsen, Berlin und Saarland. (Hessen ist beantragt)

Seminarziele:

- ❖ Erhalt von Motivation und Arbeitsfähigkeit 60 plus
- ❖ Umgang mit Veränderungen in der Arbeitswelt, (Digitalisierung, New Work etc.)
- ❖ Weitergabe von Wissen, Multiplikatorenkompetenz
- ❖ Positiver Umgang mit dem Ende des Berufslebens bzw. Eintritt in (Vor-) Ruhestand
- ❖ Stressresistenz am Arbeitsplatz

Materialien:

Seminarmaterialien werden vor Ort zur Verfügung gestellt.

Unterkunft:

Europäische Akademie EAG gGmbH

Wefelsen 5, 42499 Hückeswagen

Information und Anmeldung: Nathalie Neuenhaus

Telefon 02192-858-19 | neuenhaus@eag-fpi.de

Anreise:

Mit der Bahn bis Bahnhof Remscheid-Lennep. Von dort mit der Buslinie 336 bis Hückeswagen, Haltestelle Bahnhofstraße. Ab Haltestelle Bahnhofstraße beträgt der Fußweg 3,5 km.

Anreise mit dem Auto via Google Maps: Die Akademie verfügt über ausreichend Parkplätze.

Buchung und weitere Informationen:

<https://www.eag-fpi.com/bildungsurlaub-2024/bildungsurlaub-perspektivwoche-60-plus-mit-achtsamkeit-und-bewegung-in-der-natur-berufliche-uebergaenge-gestalten/>

