

Angebote für Bildungsurlaub 2018

1. Halbjahr 2018

14. - 18.05.2018

Leitung:

Christoph Diefenbach

Kosten:

365,00 EUR

STÄRKE DEINE "WURZELN"

Die Kraft der Natur entdecken und für den persönlichen Ausgleich im beruflichen und privaten Alltag nutzen

Wer kennt das nicht: Die Anforderungen im Beruf und Alltag werden immer größer und es scheint schwierig, aus dem "Hamsterrad" wieder heraus zu kommen. Je größer die Anforderungen sind, umso wichtiger werden jedoch Zeiten, in denen wir innehalten, entspannen und regenerieren können. Bei diesem Seminar möchten wir Sie einladen, sich diese wichtige Zeit zu nehmen und uns in die wunderschöne Natur des Westerwaldes zu begleiten. Wir zeigen Ihnen, wie Sie durch unmittelbare Naturerfahrungen Ihre persönlichen "Wurzeln" stärken können.

14. - 18.05.2018

Leitung:

Helga Seelbach

Kosten:

335,00 EUR

SPUREN DER GESCHICHTE MIT DEM MOTORRAD ERFAHREN

Bildungsurlaub in Erinnerung an F.W. Raiffeisen

Speziell Motorradfahrerinnen und Motorradfahrer werden für den Wandel von Wertorientierungen und politischen Strategien sensibilisiert. War vor 200 Jahren (Raiffeisen) noch keine Verkehrsanbindung der Region Westerwald zu Handelswegen und Handelszentren gegeben, so geht es im 21. Jhd. um eine Transformation, die in Wirtschaft und Gesellschaft Wege zu global verträglichen Lebensstilen innerhalb der ökologischen Belastungsgrenzen eröffnet. Die Idee der Genossenschaft als immaterielles Weltkulturerbe wird von seiner regionalen Entstehung her vermittelt.

28.05. - 01.06.2018

Leitung:

Axel Dosch

Kosten:

395,00 EUR

KULTURLANDSCHAFT NACHHALTIG GENIESSEN

Neue Perspektiven auf Land- und Ernährungswirtschaft

Der Bildungsurlaub vermittelt aktuelle Konzepte einer ressourcenschonenden Landnutzung, insbesondere die Produktion und Verarbeitung gesunder, nachhaltiger und genussvoller Lebensmittel. Der Gedanke der Entschleunigung und des achtsamen Konsums und Verzehens nach dem slow food Gedanken wird in Verbindung gesetzt zu Naturerlebnis-Angeboten und Entspannungsübungen zur körperlichen und geistigen Regeneration und Gesunderhaltung u.a. nach dem Konzept der Salutogenese.



MODUL I

18. - 22.06.2018

MODUL II

24. - 28.09.2018

Leitung:

Andrea Naehrer-Zeiffer

Kosten:

900,00 EUR alle Module

ENTSPANNUNGSPÄDAGOGIK

Weiterbildung mit Zertifikat der DGEV



Progressive Muskel-Relaxation (PMR), Autogenes Training (AT) und Fantasie-Reisen: Selbst-Entspannen und Professionell-Weitervermitteln. PMR und AT sind anspruchsvoll und wirkungsvolle Entspannungsverfahren, die auch in der Präventionsarbeit in Jugendarbeit und Jugendhilfeeinrichtungen gut einsetzbar sind. In diesem Kurs werden die Methoden so erlernt, dass sie reflektiert und sicher in pädagogischen Kontexten weitergegeben werden können.

MOBILITÄT UND NACHHALTIGKEIT

18. - 22.06.2018

Motorradfahrer/innen erkunden den Westerwald

Leitung:

Helga Seelbach,
Björn Sauer

Kosten:

335,- EUR

„Auf dem Land musst Du mobil sein“, spricht die Alltagserfahrung. Als Alternative zum KFZ nimmt die Nutzung von Motorrädern zu - der Spaßfaktor beim Fahren ist hoch. Das inhaltliche Programm wird über Tages- und Halbtagesexkursionen gestaltet. Die Teilnahme ist nur mit eigenem Motorrad möglich. Leitgedanken der Nachhaltigkeit werden über Exkursionen und Fachgespräche exemplarisch verdeutlicht. Ein „Erste-Hilfe-fresh up“ durch einen DRK-Mitarbeiter geht dem Programm voraus.

WAS DER RÜCKEN ALLES KANN

25. - 29.06.2018

Bewusstheit durch Bewegung - Feldenkrais

Leitung:

Angela Kämper-Laube

Kosten:

490,00 EUR

Wenn man die gewohnte Art, sich zu bewegen, verlässt, werden Türen geöffnet, Gefühle geweckt, der Körper wird beweglicher und man wird konzentrierter, kreativer und ausdauernder.

Das Selbstgefühl und das Selbstvertrauen werden größer. Man kann leichter im Alltag mit anderen Menschen zusammenwirken. Gehen, Laufen, sich bewegen, Sport treiben oder das, was man alltäglich tut, wird ebenso einfacher und leichter.



IHR BILDUNGSURLAUB IM WESTERWALD

In einem Tagungshaus:

- das gesunde Verpflegung anbietet und mit dem Grünen Gockel zertifiziert ist
- das zwischen Park und Innenstadt liegt und kurze Wege in die Natur garantiert.

Die Anerkennung der Veranstaltungen als Bildungsurlaub nach dem Bildungsfreistellungsgesetz in Rheinland-Pfalz ist beantragt.



Evangelische Landjugendakademie

Dieperzbergweg 13 - 17 | 57610 Altenkirchen/Westerwald

info@lja.de | www.lja.de | Tel: 0 26 81 / 95 16-0



Die angegebenen Kosten beinhalten jeweils die Kursgebühren sowie Übernachtung mit Vollverpflegung. Abweichungen hiervon sind gesondert ausgewiesen.



Angebote für Bildungsurlaub 2018

2. Halbjahr 2018



30.07. - 03.08.2018

Leitung:

Helga Seelbach

mit Kinderbetreuung für
5-12 Jahre

Kosten:

250,00 EUR

TON, STEINE UND ERZE - REGIONALE SCHÄTZE IM WESTERWALD

Regionale Schätze im Westerwald

Die Teilnehmenden erkunden die Region Westerwald als Montanrevier mit Lagerstätten von Basalt, Ton und Eisenerz, die seine Geschichte prägen. Der Stöffel-Park ist Geoinformationszentrum des Geoparks Westerwald-Lahn-Taunus. Hier werden über 400 Millionen Jahre Erd- und über 2.500 Jahre Bergbaugeschichte erlebt. Wirtschaftliche und soziale Konversion wird nachvollziehbar. Die Herausforderung einer nachhaltigen Entwicklung im ländlichem Raum wird bewusst.

13. - 17.08.2018

Leitung:

Christoph Diefenbach

Kosten:

395,00 EUR

NATUR- UND ARTENSCHUTZ IN UNSEREN GÄRTEN

Gartentouren im Westerwald

Natur- und Umweltschutz ist eine Gemeinschaftsaufgabe, die uns alle angeht. Dabei können unsere Gärten einen wertvollen Beitrag - insbesondere zur Erhaltung der Artenvielfalt - leisten. Während dieses Seminars erfahren Sie u.a. wie mit einer naturnahen Gartengestaltung die ökologischen Rahmenbedingungen positiv beeinflusst werden können. Neben zahlreichen Besichtigungen öffentlicher und privater Gärten im Westerwald werden Fachgespräche mit Vertretern des Naturschutzes, Landschaftsgärtnern und Gartenbesitzerinnen geführt.



20. - 24.08.2018

Leitung:

Andrea Vetter

Kosten:

400,00 EUR

ICH LEITE MICH, ICH LEITE ANDERE, ICH WERDE GELEITET

TZI-Methodenkurs

Ein Mensch kann sich selbst und andere gut leiten, wenn er sich selbst wahrnehmen und sich selbst und andere mit Respekt behandeln kann. Wer sich selbst leitet, nimmt seine Umgebung und seine Aufgaben ernst. So kann es gelingen, notwendige Entscheidungen zu treffen und eine eigene (Leitungs-) Persönlichkeit zu entwickeln. Es besteht die Möglichkeit, (anstehende) Veränderungen oder Entwicklungen mit Hilfe des Chairperson-Postulats neu in den Blick zu nehmen.

Der Kurs kann im Rahmen einer TZI-Ausbildung als Methodenkurs anerkannt werden.

INTUITIVES BOGENSCHIESSEN

03. - 07.09.2018

Leitung:

Meike Drey

Kosten:

500,00 EUR
inklusive
Kursmaterial
(Bogen und Pfeil)



© ARochau, fotolia.com

Aktiv entspannen - Das "Intuitive Bogenschießen" schult als Methode Aufmerksamkeitsprozesse und fördert die innere Achtsamkeit. Lernen Sie bei uns die Technik des Bogenschießens, um Ihre körperliche und geistige Regeneration zu stärken. Mit dem Intuitiven Bogenschießen entwickeln Sie ein vitales Körpergefühl. Intuitives Bogenschießen ist als Methode in der Arbeit mit Jugendlichen besonders geeignet, um Achtsamkeit, Konzentration und Ressourcenstärkung zu üben.

OFF-ROAD ZUM ZIEL

10. - 14.09.2018

Leitung:

Helga Seelbach,
Anke Hollatz

Kosten:

530,00 EUR

Potentialentwicklung für weibliche Fach- und Führungskräfte

Erwerbstätige Frauen werden in fünf Schritten über Fragestellungen, Übungen zur Selbstreflexion, Analyseverfahren, Pferd- gestütztes Führungstraining und Entspannungsmethoden zu klarem Bewusstsein über ihre Stärken geführt. Konfliktfähigkeit und Zeitmanagement sind Querschnittsthemen in den Arbeitsschritten.

WANDERN FÜR DIE HERZGESUNDHEIT

24. - 28.09.2018

Leitung:

Christoph Diefenbach

Kosten:

445,00 EUR

So schützen Sie Ihr Herz vor den Gefahren durch Stress im Beruf und Alltag

Schon wieder Überstunden, Durcharbeiten ohne Pause und dann nach Feierabend noch die Hausarbeit. Stress am Arbeitsplatz, lange Arbeitszeiten und sitzende Tätigkeit ohne Bewegung sowie einseitige Ernährungsweise kann für Ihr Herz auf Dauer eine enorme Belastung darstellen. Zu den größten Risiken für das Herz zählt heute in vielen Berufen vor allem die eingeschränkte Möglichkeit, sich ausreichend bewegen zu können. Bei diesem Seminar zeigen wir Ihnen, wie Sie die Anforderungen im Beruf und Alltag leichter bewältigen können und durch welche Maßnahmen Sie Ihr Herz vor Gefahren schützen können.



© Diefenbach, patzschritte.de

IHR BILDUNGSURLAUB IM WESTERWALD

In einem Tagungshaus:

- das gesunde Verpflegung anbietet und mit dem Grünen Gockel zertifiziert ist
- das zwischen Park und Innenstadt liegt und kurze Wege in die Natur garantiert.

Die Anerkennung der Veranstaltungen als Bildungsurlaub nach dem Bildungsfreistellungsgesetz in Rheinland-Pfalz ist beantragt.



Evangelische Landjugendakademie

Dieperzbergweg 13 - 17 | 57610 Altenkirchen/Westerwald
info@lja.de | www.lja.de | Tel: 0 26 81 / 95 16-0



Die angegebenen Kosten beinhalten jeweils die Kursgebühren sowie Übernachtung mit Vollverpflegung. Abweichungen hiervon sind gesondert ausgewiesen.