

Ablaufplan

Leinen Los - Bring dich auf Kurs! Persönlichkeitsentwicklung auf dem Segelschiff



Das Seminar richtet sich an Menschen, die als "Suchende" und "Getriebene" für sich selbst einen intensiven Lern- und Entwicklungsimpuls suchen und ihre Resilienz stärken möchten und dieses Wissen in ihrem beruflichen Umfeld weitergeben möchten.

In den Seminartagen geht es deshalb darum, ein tieferes Verständnis für sich selbst zu entwickeln, gewohnheitsmäßige Reaktionsmuster zu erkennen und zu einem authentischen und selbstbewussten Handeln sowohl in Alltags- als auch in Grenzsituationen zu gelangen.

Es geht vor allem darum, zu schauen und wahrzunehmen. Vieles entwickelt sich fast von allein, wenn wir die Gelassenheit und den Mut haben, uns ohne Druck und ohne Bewertung zu betrachten.

Das hindert nicht, Ziele klar zu formulieren und diese anzusteuern und konkret umzusetzen bzw. deren Umsetzung zu planen.

Vieles tummelt sich im eigenen "Psychotop" – hilfreiches, un-nötiges, manchmal sogar giftiges.

Wir werden es aufspüren, sortieren entfernen oder hinzufügen um eine intakte Gesunde Psyche zu fördern!

Auf dem Segelschiff wird dabei genauso wie an Land gearbeitet. Die Seminareinheiten werden über den Tag verteilt, orientiert an den Abläufen an Bord durchgeführt oder in Landgänge eingebunden.

Das gemeinsame Leben an Bord sowie das gemeinsame Zubereiten der Mahlzeiten gibt, mit Arbeitsaufträgen versehen, außergewöhnliche Lernimpulse, die in "normalen Seminarkontexten" nicht möglich sind.

Mitteilung für den Arbeitgeber

Die Deutsche Akademie für Waldbaden und Gesundheit veranstaltet das Seminar

„ Leinen Los - Bring dich auf Kurs! Persönlichkeitsentwicklung auf dem Segelschiff “

Ich: _____

Wohnhaft in: _____

nehme für diese Ausbildung Bildungsurlaub in Anspruch

Die Unterlagen zu der Bildungsveranstaltung (Inhalt mit Zielgruppe, Lernziele, Lerninhalte, zeitlicher Ablauf) finden Sie im anhängenden Flyer.

In folgenden Bundesländern ist das Seminar als Bildungsurlaub anerkannt

- Baden-Württemberg (AZ: 12c13-6002-61, unbefristet)
- Bremen (AZ: 23-17 2023/190, bis 12.03.2025)
- Hessen (unbefristet)
- Niedersachsen (AZ: B23-121267-73, bis 31.12.2025)
- NRW (AZ: 48.06.01-328 unbefristet)
- Saarland (Gemäß § 6 Absatz 2 des Saarländischen Bildungsfreistellungsgesetzes (SBFG) vom 10. Februar 2010, zuletzt geändert durch das Gesetz vom 20. April 2016 (Amtsbl. I S. 382) gelten Veranstaltungen der politischen, der beruflichen oder der Weiterbildung zur Ausübung einer ehrenamtlichen oder einer gemeinwohlorientierten, freiwilligen und unentgeltlichen Tätigkeit,

Ablaufplan

Leinen Los - Bring dich auf Kurs!

Persönlichkeitsentwicklung auf dem Segelschiff



die nach vergleichbaren Standards bereits von einem anderen Bundesland oder in einem anderen Mitgliedsstaat der Europäischen Union oder in einem Vertragsstaat des Abkommens über den Europäischen Wirtschaftsraum als freistellungsfähig festgestellt wurden, auch im Saarland als freistellungsfähig.)

In allen weiteren Bundesländern ist das Seminar noch im Antragsverfahren.

Ausnahmen sind Bayern und Sachsen. Dort ist Bildungsurlaub nicht möglich

Deutsche Akademie für
Waldbaden und Gesundheit
Kellereistraße 1
67487 St. Martin

Tel. 06341 - 70 900 50
info@waldbaden-akademie.com
www.waldbaden-akademie.com



Unterschrift DAWG

Unterschrift Teilnehmer*in

Ablaufplan

Leinen Los - Bring dich auf Kurs!
Persönlichkeitsentwicklung auf dem Segelschiff



Leinen Los - Bring dich auf Kurs! Persönlichkeitsentwicklung auf dem Segelschiff

Wichtiges im Überblick

Inhalte	7-tägige Segelreise
Dauer	7 Tage
Teilnehmer	max. 16
Zielgruppe	Erwachsene
Ort	Start und Zielhafen: Schleswig-Holstein, 24376 Kappeln, Museumshafen
Reiseroute	Kieler Bucht > Dänemark > Schweden > Kieler Bucht
Preis	1299,00 € (inkl. MwSt.) inkl. Seminargebühr, Unterkunft VP im DZ, inkl. Getränken, Bettwäsche, Materialien und Skript., zzgl. Anreise
Leitung	Jasmin Schlimm-Thierjung, Peter Jochem Edrich,

Inhalte

Der Tägliche Wahnsinn!

Ununterbrochene Informationsflut, Aufgaben- und Terminverdichtung, verbunden mit dem persönlichen (negativen) Anspruch, ALLEM und ALLEN gerecht zu werden.

Die tägliche Herausforderung in Beruf und Privatleben, alles unter einen Hut zu bekommen.

Von der Flaute, über die Brise bis hin zum Sturm – unser Leben ist immer mehr oder weniger in Bewegung.

Da bleibt der Wunsch, Ruhe, Zufriedenheit und innere Balance zu finden meist „auf der Strecke“ weil wir ständig das Steuerrad in Händen halten und selten den Anker werfen.

Dabei sind Gelassenheit und das Wahrnehmen der eigenen Bedürfnisse und der Einflüsse von aussen wichtige Voraussetzungen für Klarheit, persönliche Regeneration und ange-messenes Handeln.

Unabhängig vom Arbeitsfeld sind sie die Basis, um mit belastenden Situationen konstruktiv

Ablaufplan

Leinen Los - Bring dich auf Kurs! Persönlichkeitsentwicklung auf dem Segelschiff



umzugehen
und auch in schwierigen Situationen handlungsfähig zu bleiben.

Um (wieder) mehr Zufriedenheit und Balance auf der beruflichen und/oder persönlichen Ebene zu erlangen,
ist es daher notwendig, den persönlichen körperlichen und seelischen Auslösern von Stress auf die Schliche zu kommen.

Denkmuster und Verhaltensweisen, die sich nicht selten im Kindesalter angebahnt und im Erwachsenenalter ausgebaut haben,
sind dabei von zentraler Bedeutung. Es geht um das Aufspüren persönlicher Ressourcen und den freundlich liebevollen Blick
auf unsere (erlernten) Schranken im Kopf.

Was soll passieren?

In den Seminartagen geht es deshalb darum, ein tieferes Verständnis für uns selbst zu ent-wickeln,
unsere gewohnheitsmäßigen Reaktionsmuster zu erkennen und zu einem authentischen und selbstbewussteren Handeln
sowohl in Alltags- als auch in Grenzsituationen zu gelangen.
Es geht vor allem darum, zu schauen und wahrzunehmen. Vieles entwickelt
sich fast von allein, wenn wir die Gelassenheit und den Mut haben, uns
ohne Druck und ohne Bewertung zu betrachten.

Das hindert nicht, Ziele klar zu formulieren und diese anzusteu-ern und konkret umzusetzen
bzw. deren Umsetzung zu planen.

Vieles tummelt sich im eigenen "Psychotop" – hilfreiches, un-nötiges, manchmal sogar giftiges.
Wir werden es aufspüren, sortieren entfernen oder hinzufügen um eine intakte Gesunde
Psyche zu fördern!

Wie kann auf einem Segelschiff gearbeitet werden?

Ganz einfach. So wie an Land auch nur anders!
Wir werden über den Tag verteilt, orientiert an den Abläufen an Bord Seminareinheiten
durchfüh-ren.
Einige werden in Landgänge eingebunden.

Das gemeinsame Leben an Bord sowie das gemeinsame Zubereiten der Mahlzeiten gibt, mit
Arbeitsaufträgen versehen,
außergewöhnliche Lernimpulse, die in "normalen Seminarkon-texten" nicht möglich sind.

Wer sollte sich als Zielgruppe angesprochen fühlen?

Alle "Suchenden", "Getriebenen", die für sich selbst einen intensiven Lern- und
Entwick-lungsimpuls suchen.