



2027

Bildungszeit



***Arbeit und
Leben***

NIEDERSACHSEN · SACHSEN-ANHALT

Vorwort

**Sehr geehrte Damen und Herren,
liebe Kolleginnen und Kollegen,**

wer sich weiterbildet, gewinnt: neue Perspektiven, neue Möglichkeiten – gerade in Zeiten, in denen sich Arbeit und Gesellschaft rasant verändern. Als Bildungspartnerin begleiten wir auch im neuen Jahr tausende Menschen mit maßgeschneiderten Bildungs- und Beratungsangeboten. Unser Ziel ist und bleibt: Wir machen Menschen stark – für ihren eigenen Weg, aber auch dafür, unsere Gesellschaft insgesamt besser zu machen.

2027 ist dafür ein besonderes Jahr: Zum 1. Januar tritt in Niedersachsen das neue Bildungszeitgesetz in Kraft. Aus Bildungsurlaub wird Bildungszeit – noch mehr Menschen haben Anspruch, neue Formate sind möglich. Dafür haben wir uns lange stark gemacht, nun wird es Wirklichkeit. Und in Sachsen-Anhalt bleibt der Bildungsurlaub ein gutes Recht.

Mit Ihrer Bildungszeit können Sie viel erreichen: Ganz persönlich zur Qualifizierung, aber auch für Ihr Umfeld, indem Sie die demokratische Ent-

wicklung mit Ihrem Wissen und Ihren Fähigkeiten mitgestalten.

Wir von Arbeit und Leben Niedersachsen und Sachsen-Anhalt laden Sie herzlich ein, auch in 2027 Ihr Recht auf Bildungszeit zu nutzen – die Angebote dafür finden Sie in diesem Programm. Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung!

Herzliche Grüße

A stylized, handwritten signature in black ink, appearing to read 'M. Schmidt'.

Maximilian Schmidt
Geschäftsführer

Bildungszeit/Bildungsurlaub in Stichworten

Was ist eigentlich Bildungszeit/-urlaub?

Bildungsurlaub, oder auch Bildungszeit, bedeutet die bezahlte Freistellung von der Arbeit, um sich in anerkannten Veranstaltungen weiterzubilden. Dies ist im Niedersächsischen Bildungszeitgesetz und im Bildungsfreistellungsgesetz in Sachsen-Anhalt geregelt. Auch in 12 weiteren Bundesländern gibt es ein Bildungsurlaubsgesetz. Bei Bedarf kümmern wir uns auch um die Anerkennung unserer Angebote in diesen Ländern.

Welchen Zwecken dient Bildungszeit/-urlaub?

Er dient der politischen, beruflichen und allgemeinen Weiterbildung. Das Gesetz schließt Lehrgänge, die ausschließlich betrieblichen und dienstlichen Zwecken dienen, ausdrücklich aus!

Für wen gilt Bildungszeit/-urlaub?

Einen Rechtsanspruch auf Bildungszeit/-urlaub besitzen alle Arbeitnehmer:innen, Angestellte, Auszubildende, Personen in arbeitnehmerähnlichen

Stellungen sowie Arbeitssuchende. Anspruchsberechtigt sind auch Arbeitnehmer:innen im Öffentlichen Dienst sowie Beamtinnen, Beamte, Richterinnen und Richter einschließlich der Bundesbediensteten, die in Niedersachsen tätig sind.

Wie viel Bildungszeit/-urlaub gibt es?

Der Anspruch der Arbeitnehmer:innen auf Bildungsurlaub umfasst fünf Arbeitstage innerhalb des laufenden Kalenderjahres. Bei Arbeitnehmer:innen die regelmäßig an mehr oder weniger

als fünf Tagen wöchentlich arbeiten, ändert sich der Anspruch entsprechend. Bildungsurlaub des vorangegangenen Jahres kann gemeinsam mit oder getrennt von dem Bildungsurlaub des laufenden Kalenderjahres genommen werden. Bildungsurlaub aus dem vorletzten Kalenderjahr verfällt im laufenden Kalenderjahr.

Der Anspruch kann erstmals nach sechsmonatigem Bestehen des Beschäftigungsverhältnisses geltend gemacht werden.

Welche Veranstaltungen können besucht werden?

Wenn man nach dem Bildungszeit

bzw. -urlaubsgesetz Bildungszeit/-urlaub beantragt hat: Alle Veranstaltungen, die nach dem Gesetz anerkannt sind. Nicht anerkannte Seminare sind in diesem Programm extra ausgewiesen.

Gibt es Auswirkungen auf das Arbeitsverhältnis?

Keine! Das Gesetz betont ausdrücklich, dass Arbeitnehmer:innen wegen der Inanspruchnahme von Bildungszeit/-urlaub nicht benachteiligt werden dürfen. Bildungszeit/-urlaub wird ohne Minderung des Lohns bzw. Gehalts gewährt und nicht auf den Erholungsurlaub angerechnet.

Der Anspruch entfällt, wenn den Arbeitnehmer:innen für die Bildungsveranstaltung nach anderen Gesetzen, Tarifvertrag oder betrieblichen Vereinbarungen ein Freistellungsanspruch zusteht. Betriebsrät:innen können zum Beispiel für eine Bildungsveranstaltung, die nach § 37 (7) BetrVG anerkannt ist, keinen Bildungszeit/-urlaub in Anspruch nehmen.

Weitere Informationen und Beratung gibt es bei den betrieblichen Interessenvertretungen und allen Geschäftsstellen von Arbeit und Leben in Niedersachsen und Sachsen-Anhalt.

So nutzen Sie Ihren Anspruch auf Bildungszeit/-urlaub

Um Ihr Recht auf Bildungszeit/-urlaub zu nutzen, braucht es nicht viel. Bei Fragen rund um die Beantragung und Teilnahme stehen wir Ihnen jederzeit zur Verfügung.



Im Programm das passende Seminar suchen und sich online anmelden.



Unterlagen zusammenstellen und den Arbeitgeber benachrichtigen.



Am Bildungsurlaub teilnehmen und neues Wissen sammeln.



Die Teilnahmebescheinigung dem Arbeitgeber vorlegen.



Für alle so gekennzeichneten Angebote gilt:

Durchführender Reiseveranstalter nach Reiserecht ist:

Ferien-, Freizeit- und ReiseService GmbH

Wilhelmstraße 140 · 10963 Berlin · info@ffr-reiseservice.de

Die pädagogische Verantwortung für die Maßnahmen liegt bei Arbeit und Leben Niedersachsen bzw. Arbeit und Leben Sachsen-Anhalt. Es gelten unsere gemeinsamen Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB). Diese sind abrufbar unter www.aul-nds.de/service/agb



Sprachen

Kennen Sie das? Im Urlaub reicht es gerade für die Bestellung, aber beim Gespräch am Nebentisch steigen Sie aus. Oder im Betrieb kommt eine Mail auf Englisch und Sie müssen sie dreimal lesen. Sprachen sind kein Talent, das man hat oder nicht hat. Sie sind eine Sache der Übung.

Genau dafür gibt es unsere Seminare zum Sprachenlernen. Hier beschäftigen Sie sich intensiv mit einer Sprache, konzentriert, ohne Prüfungsstress und in einem Tempo, das zu Ihrem Vorwissen passt. Es macht nichts, wenn Ihre Schulzeit lange her ist oder Englisch damals nicht Ihr Fach war. Die meisten Teilnehmenden fangen genau da an, wo Sie gerade stehen.

Wer selbst spricht, versteht mehr. Starten Sie jetzt durch und erleben Sie, wie Sprache Türen öffnet!



270311003

150,00 €

25.01.–29.01.27
Hannover

(All)tägliches Italienisch I

Gebühr für Mitglieder der IG Metall: 120,00 €



270311030

150,00 €

15.02.–19.02.27
Hannover

Englisch für Alltag und Beruf (Eingangsstufe I)

Gebühr für Mitglieder der IG Metall: 120,00 €



271011007

195,00 €

22.02.–26.02.27
Wolfsburg

Spanisch für den Alltag Grundkurs



270311031

150,00 €

01.03.–05.03.27
Hannover

Englisch für Alltag und Beruf (Grundstufe I)

Gebühr für Mitglieder der IG Metall: 120,00 €



271011026

195,00 €

28.06.–02.07.27
Wolfsburg

Spanisch für den Alltag Grundkurs



271011001

195,00 €

12.07.–16.07.27
Wolfsburg

English Kickstart – Fit für Alltag und Reisen



270311032

150,00 €

23.08.–27.08.27
Hannover

Englisch für Alltag und Beruf (Eingangsstufe I)

Gebühr für Mitglieder der IG Metall: 120,00 €



270311033

150,00 €

06.09.–10.09.27
Hannover

Englisch für Alltag und Beruf (Grundstufe I)

Gebühr für Mitglieder der IG Metall: 120,00 €



271011046

195,00 €

13.09.–17.09.27
Wolfsburg

Chinesische Sprache und Kultur



271011055

195,00 €

04.10.–08.10.27
Wolfsburg

Italienisch und la dolce vita



270311004

150,00 €

11.10.–15.10.27
Hannover

(All)tägliches Italienisch I

Gebühr für Mitglieder der IG Metall: 120,00 €



271011051

195,00 €

18.10.–22.10.27
Wolfsburg

English in Action – Vom Grundwissen zur Gesprächssicherheit



271011056

225,00 €

25.10.–29.10.27
Wolfsburg

Japanische Sprache und Kultur



270311005

150,00 €

15.11.–19.11.27
Hannover

(All)tägliches Italienisch II

Gebühr für Mitglieder der IG Metall: 120,00 €



271011061

195,00 €

13.12.–17.12.27
Wolfsburg

Spanisch für den Alltag Aufbaukurs



Mensch und Natur

Über Klimawandel, Artensterben und Flächennutzung liest man täglich etwas. Aber wie oft steht man an einem Ort, an dem das gerade verhandelt wird? Genau dort setzen unsere Bildungsurlaube im Bereich Mensch und Natur an.

Hier erfahren Sie direkt vor Ort mehr: an der Küste, im Wald, im Gebirge, im Biosphärenreservat. Sie sprechen mit Menschen, die dort arbeiten und leben. Sie gehen den Fragen nach, die wirklich zählen: Wo endet Nutzung, wo beginnt Schutz? Wer zahlt, wenn eine Region sich verändert? Was bedeutet Klimapolitik für Betriebe und Arbeitsplätze?

Informieren Sie sich jetzt und erfahren Sie mehr über die spannende Beziehung zwischen Mensch und Natur.



278311001

320,00 €

14.01.–15.01.27
Akademie Haus Sonneck

Erzählen und Spiel in der Pädagogik

inkl. Vollverpflegung
Einzelzimmer: 345,00 €
ohne Übernachtung: 240,00 €



271011012

225,00 €

15.03.–19.03.27
Oebisfelde

Das Biosphärenreservat Drömling als persönliche Kraftquelle nutzen

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg
und Braunschweig: 199,00 €



271011010

225,00 €

05.04.–09.04.27
Oebisfelde

Das Biosphärenreservat Drömling als persönliche Kraftquelle nutzen

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg
und Braunschweig: 199,00 €



270512002

700,00 €

11.04.–16.04.27
Juist

Natur- und Umweltschutz auf der Insel Juist

inkl. Frühstück und Lunchpaket
Einzelzimmer: 770,00 €



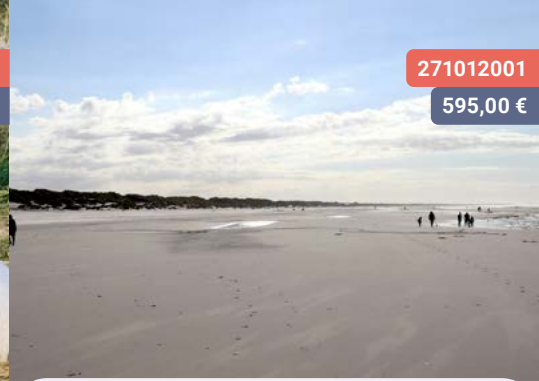
270512003

795,00 €

18.04.–23.04.27
Helgoland

Umweltschutz konkret: Meeresschutzseminar auf der Insel Helgoland

inkl. Halbpension und Lunchpaket
Einzelzimmer: 865,00 €



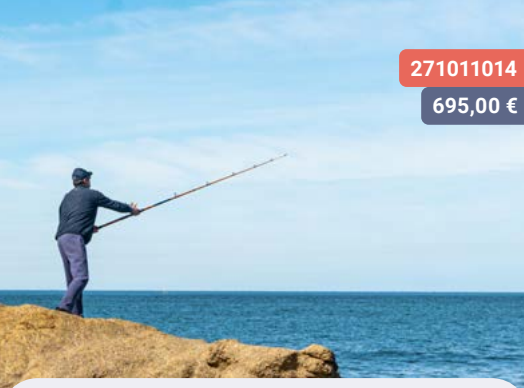
271012001

595,00 €

18.04.–23.04.27
Nordseebad Dangast

Tourismus und Naturschutz am UNESCO-Weltnaturerbe Wat- tenmeer – Gesellschaftliche Aspekte der Entwicklung an der deutschen Nordseeküste

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 745,00 €



271011014

695,00 €

18.04.–23.04.27
Hohenfelde an der Ostsee

Nachhaltig Angeln im Meer – Umweltfreundliches und öko- systemgerechtes Meeresan- geln als aktiver Bestandteil des Meeresnaturschutzes



271012006

895,00 €

19.04.–23.04.27
Bad Harzburg

Wilde Tiere, wilder Wald – der Nationalpark Harz im Spannungsfeld von Natur- dynamik und Management

inkl. Halbpension und Lunchpaket
tägl. freier Eintritt in die benachbarte Sole-Therme
Einzelzimmer: 945,00 €



270512004

790,00 €

26.04.–30.04.27
Bad Harzburg

Luchse im Nationalpark Harz – Erfolgreiches Naturschutzpro- jekt oder Störung des „Gleichgewichts im Wald“?

inkl. Halbpension und Lunchpaket
tägl. freier Eintritt in die benachbarte Sole-Therme
Einzelzimmer: 830,00 €



271011015

225,00 €

10.05.–14.05.27
Oebisfelde

Der Garten – Land und Ökosysteme erhalten und schützen

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg und Braunschweig: 199,00 €



271011017

395,00 €

10.05.–14.05.27
Wolfsburg

...unser grünes Wunder erleben! Naturfotografie im Biosphärenreservat Drömling

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg und Braunschweig: 369,00 €



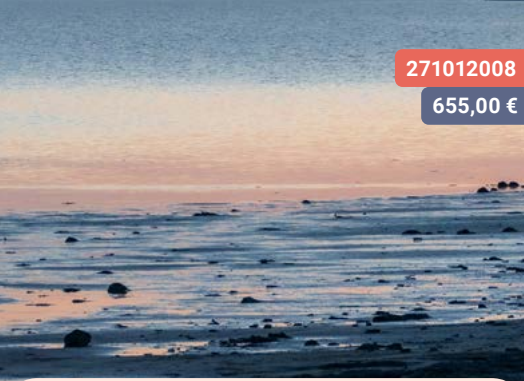
271011005

195,00 €

10.05.–14.05.27
Gifhorn

Der Wolf – eine umstrittene Tierart unserer Landschaft

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg und Braunschweig: 169,00 €



271012008

655,00 €

23.05.–28.05.27
Nordseebad Dangast

Leben am Weltnaturerbe Wattenmeer – Prozesse, Stra- tegien und Lebensstile am Ja- debusen erleben und verstehen

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 795,00 €



270512005

870,00 €

23.05.–28.05.27
Hittisau · Österreich



Klimaschutzimpulse aus den Alpen und dem Naturpark Nagelfluhkette Bregenzerwald

inkl. Halbpension und Lunchpaket
Einzelzimmer: 970,00 €



270512006

805,00 €

23.05.–28.05.27
Koserow (Usedom)

Die Insel Usedom: Natur und Kultur an der Odermündung

inkl. Halbpension und Lunchpaket
Einzelzimmer: 890,00 €



271011016

225,00 €

24.05.–28.05.27
Braunschweig

Lebensqualität durch Bienen & Co

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg
und Braunschweig: 199,00 €



271011018

225,00 €

24.05.–28.05.27
Wolfsburg

Wildpflanzen und Heilkräuter vor unserer Haustür – Wertvoll für Ökosystem und Mensch

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg
und Braunschweig: 199,00 €



270312004

915,00 €

31.05.–04.06.27
Dresden

Natur und Kultur als Ressource und Inspiration erleben (Ursachen von Stress und Burn-out)

inkl. Vollpension
Einzelzimmer: 960,00 €



271011020

225,00 €

31.05.–04.06.27
Braunschweig

Naturlandschaft im Wandel in und um Hondelage

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg
und Braunschweig: 199,00 €



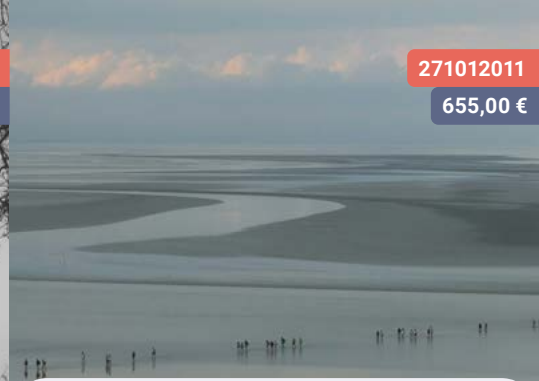
271012049

855,00 €

31.05.–04.06.27
Oberhausen (Gersfeld)

„...einst Vulkanlandschaft, heute Schutzgebiet“ Naturfotografie im UNESCO- Biosphärenreservat Rhön

inkl. Halbpension
Einzelzimmer: 895,00 €



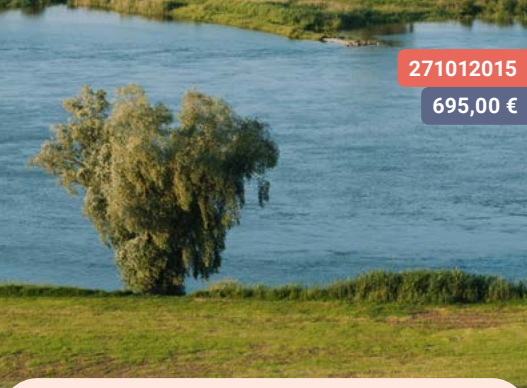
271012011

655,00 €

06.06.–11.06.27
Nordseebad Dangast

Klimawandel am Weltnatur- erbe Wattenmeer – Über den Umgang mit Veränderungen am Beispiel Jadebusen

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 795,00 €



271012015

695,00 €

07.06.–11.06.27
Hitzacker

Die Natur in der Kulturlandschaft der Niedersächsischen Elbtalauen

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 795,00 €



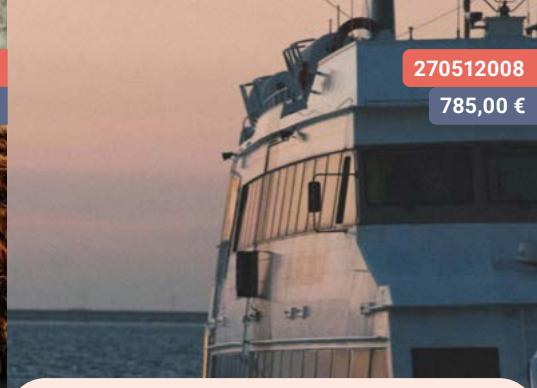
271011024

225,00 €

14.06.–18.06.27
Braunschweig

Naturlandschaft im Wandel in und um Hondelage

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg und Braunschweig: 199,00 €



270512008

785,00 €

20.06.–25.06.27
Nordstrand

Nordstrand – im „grünen Herzen des Wattenmeeres“

inkl. Frühstück und Lunchpaket
Einzelzimmer: 865,00 €



271012017

795,00 €

21.06.–25.06.27
Seebad Juliusruh

Hünengrab und Opferstein, Toteislöcher, Buchen & Kreide

Eine Entdeckungsreise auf Rügen

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 870,00 €



271011060

225,00 €

28.06.–02.07.27
Braunschweig

Tiere und Pflanzen in der Kul- turlandschaft in Hondelage

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg
und Braunschweig: 199,00 €



271011031

225,00 €

28.06.–02.07.27
Wolfsburg

Wildpflanzen und Heilkräuter vor unserer Haustür – Wertvoll für Ökosystem und Mensch

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg
und Braunschweig: 199,00 €



271011030

225,00 €

28.06.–02.07.27
Oebisfelde

Das Biosphärenreservat Drömling als persönliche Kraftquelle nutzen

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg
und Braunschweig: 199,00 €



271012052

795,00 €

05.07.–09.07.27
Salzwedel

Naturfotografie am Grünen Band – mit Fotografie Konzent- rationsfähigkeit für Beruf und Alltag stärken

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 890,00 €



271012042

795,00 €

15.08.–20.08.27
Schnackenburg

Das Biosphärenreservat Elbtalauen

inkl. Halbpension
Einzelzimmer: 890,00 €



270512010

760,00 €

15.08.–20.08.27
Grainau

Garmisch Partenkirchen – Klimawandel in den Alpen: Einzigartige Gebirgsräume unter Druck

inkl. Halbpension und Lunchpaket
Einzelzimmer: 885,00 €



271012043

655,00 €

16.08.–20.08.27
Clausthal-Zellerfeld

Geologie des Harzes – Ein Streifzug durch die Erdge- schichte im Norden und Wes- ten des Harzes, der „Quadrat- meile der Geologie“

inkl. Halbpension
Einzelzimmer: 755,00 €



271011034

225,00 €

16.08.–20.08.27
Oebisfelde

Das Biosphärenreservat Drömling als persönliche Kraftquelle nutzen

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg
und Braunschweig: 199,00 €



271012018

895,00 €

22.08.–27.08.27
Fehmarn

Fehmarn: fantastisch fotogen – Erkundung einer Insel im Wandel

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 1.095,00 €



271012020

665,00 €

23.08.–27.08.27
Clausthal-Zellerfeld

Wasser im Harz und der Welt – Gebrauch eines Lebenselixiers

inkl. Vollpension
Einzelzimmer: 725,00 €



271011035

225,00 €

23.08.–27.08.27
Oebisfelde

Resilienz und Natur – Ressourcen und neue Blickwin- kel im Drömling entdecken

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg
und Braunschweig: 199,00 €



270512001

660,00 €

29.08.–03.09.27
Oberstdorf

Die Alpen – Europäisches Hochgebirge zwischen Nutzung und Schutz

inkl. Halbpension und Lunchpaket
Einzelzimmer: 735,00 €



271012019

895,00 €

29.08.–03.09.27
Fehmarn

Fehmarn: fantastisch fotogen – Erkundung einer Insel im Wandel

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 1.095,00 €



271011039

225,00 €

30.08.–03.09.27
Oebisfelde

Der Garten – Land und Ökosys- teme erhalten und schützen

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg
und Braunschweig: 199,00 €



271012022

745,00 €

30.08.–03.09.27
Mirow

Die Mecklenburgische Kleinseenplatte – Leben zwischen Saisontourismus und Einsamkeit?

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 885,00 €



270512011

790,00 €

30.08.–03.09.27
Bad Harzburg

Luchse im Nationalpark Harz – Erfolgreiches Naturschutzpro- jekt oder Störung des „Gleichgewichts im Wald“?

inkl. Halbpension und Lunchpaket
tägl. freier Eintritt in die benachbarte Sole-Therme
Einzelzimmer: 830,00 €



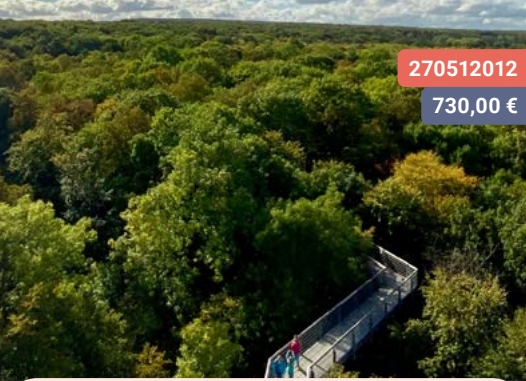
271011063

225,00 €

30.08.–03.09.27
Königsutter

Geologie im Braunschweiger Land – Duckstein, Ölschiefer, Salz und mehr

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg
und Braunschweig: 199,00 €



270512012

730,00 €

05.09.–10.09.27
Kammerforst

Nationalpark Hainich: Natur und Kultur in der Mitte Deutschlands

inkl. Halbpension und Lunchpaket oder Mittagessen
Einzelzimmer: 825,00 €



270512013

825,00 €

05.09.–10.09.27
Immenstaad/Bodensee

Insektenvielfalt am Bodensee – die artenreichste Klasse der Tierwelt erkennen und schützen

inkl. Vollpension
Einzelzimmer: 885,00 €



271011032

225,00 €

06.09.–10.09.27
Wolfsburg

Wildpflanzen und Heilkräuter vor unserer Haustür – Wertvoll für Ökosystem und Mensch

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg
und Braunschweig: 199,00 €



271011041

225,00 €

06.09.–10.09.27
Braunschweig

Lebensqualität durch Bienen & Co

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg
und Braunschweig: 199,00 €



271011042

195,00 €

06.09.–10.09.27
Gifhorn

Der Wolf – eine umstrittene Tierart unserer Landschaft

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg
und Braunschweig: 169,00 €



271012024

895,00 €

12.09.–17.09.27
Gohrisch

Natur im Herzen der Sächsischen Schweiz – Wildnis vor der Haustür

inkl. Halbpension und Lunchpaket
Einzelzimmer: 1.035,00 €



270512015

760,00 €

12.09.–17.09.27
Ostseebad Sellin

Biosphärenreservat Südostrügen: Müssen Natur- schutz und Naturnutzung im Widerspruch stehen?

inkl. Halbpension und Lunchpaket
Einzelzimmer: 820,00 €



270312008

915,00 €

13.09.–17.09.27
Dresden

Natur und Kultur als Ressource und Inspiration erleben (Ursachen von Stress und Burn-out)

inkl. Vollpension
Einzelzimmer: 960,00 €



271011027

395,00 €

13.09.–17.09.27
Wolfsburg

...unser grünes Wunder erleben! Naturfotografie im Biosphären- reservat Drömling

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg
und Braunschweig: 369,00 €



271011045

225,00 €

13.09.–17.09.27
Oebisfelde

Resilienz und Natur – Ressourcen und neue Blickwin- kel im Drömling entdecken

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg
und Braunschweig: 199,00 €



270812016

695,00 €

19.09.–25.09.27
Stralsund

Die Ostsee: Ein Lebensraum in Gefahr? Mit einem alten Frachtensegler Umweltpolitik konkret erkunden



270512017

830,00 €

19.09.–24.09.27
Sv. Juraj · Kroatien



Kroatien und sein Küstenge- birgs-Nationalpark Velebit – Umweltschutz, Währungsunion und europäische Integration

inkl. Halbpension
Einzelzimmer: 970,00 €



270512016

795,00 €

19.09.–24.09.27
Helgoland

Umweltschutz konkret: Meeresschutzseminar auf der Insel Helgoland

inkl. Halbpension und Lunchpaket
Einzelzimmer: 865,00 €



271012027

795,00 €

20.09.–24.09.27
Göhrde

Wölfe im Wendland – Wege zur Koexistenz

inkl. Halbpension
Einzelzimmer: 875,00 €



278311005

675,00 €

27.09.–30.09.27
Akademie Haus Sonneck

Handwerk und Hänge – Weinbau an Saale und Unstrut

inkl. Vollverpflegung
Einzelzimmer: 690,00 €
ohne Übernachtung: 390,00 €



270512021

700,00 €

03.10.–08.10.27
Juist

Natur- und Umweltschutz auf der Insel Juist

inkl. Frühstück und Lunchpaket
Einzelzimmer: 770,00 €



270512022

780,00 €

03.10.–08.10.27
Sopron · Ungarn



Ungarn und sein Nationalpark Neusiedler See – Bedeutung und Verantwortung für ein UNESCO Weltnaturerbe als europäisches Projekt

inkl. Halbpension, Lunchpaket und Eintrittskosten
Einzelzimmer: 830,00 €



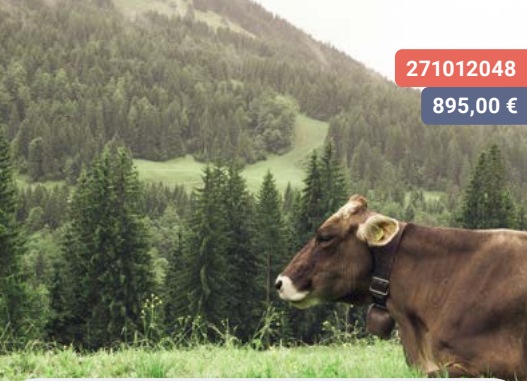
271012031

795,00 €

04.10.–08.10.27
Göhrde

Wälder im Wendland – historisch und wild

inkl. Halbpension
Einzelzimmer: 875,00 €



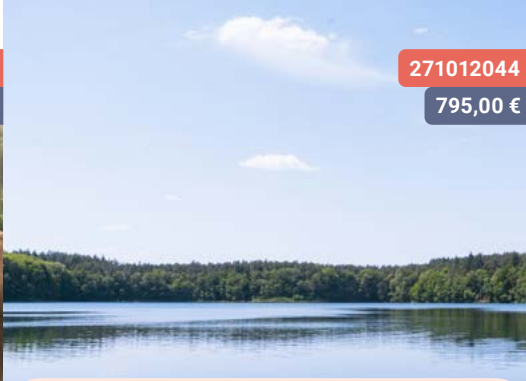
271012048

895,00 €

10.10.–15.10.27
Fischen

Die Allgäuer Alpen: zwischen Naturschutz und Naturnutz

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 1.120,00 €



271012044

795,00 €

11.10.–15.10.27
Neustrelitz

Müritz Nationalpark: Nachhaltige Entwicklung zwischen Wald, Wasser und Wildnis

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 845,00 €



271011019

695,00 €

17.10.–22.10.27
Hohenfelde an der Ostsee

Nachhaltig Angeln im Meer – Umweltfreundliches und öko- systemgerechtes Meeresan- geln als aktiver Bestandteil des Meeresnaturschutzes



270512023

815,00 €

24.10.–29.10.27
List auf Sylt

Umwelt- und Naturschutz im Zeichen des Klimawandels – Ist Sylt noch zu retten?

inkl. Halbpension, Lunchpaket und Eintrittskosten
Einzelzimmer: 890,00 €



270512025

835,00 €

31.10.–05.11.27
Norderney

Mensch und Kultur im Wattenmeer – Umweltschutz auf der Insel Norderney

inkl. Halbpension und Lunchpaket
Einzelzimmer: 925,00 €



270512024

870,00 €

31.10.–05.11.27
Hittisau · Österreich



Klimaschutzimpulse aus den Alpen und dem Naturpark Nagelfluhkette Bregenzerwald

inkl. Halbpension und Lunchpaket
Einzelzimmer: 970,00 €



270512026

790,00 €

01.11.–05.11.27
Bad Harzburg

Luchse im Nationalpark Harz – Erfolgreiches Naturschutzpro- jekt oder Störung des „Gleichgewichts im Wald“?

inkl. Halbpension und Lunchpaket
tägl. freier Eintritt in die benachbarte Sole-Therme
Einzelzimmer: 830,00 €



270512027

660,00 €

07.11.–12.11.27
Borkum

Borkum und sein National- park Wattenmeer – Bedeutung und Verantwortung für das UNESCO Weltnaturerbe

inkl. Halbpension und Lunchpaket
Einzelzimmer: 710,00 €



271012045

895,00 €

08.11.–12.11.27
Bad Harzburg

Das Grüne Band im National- park Harz – von der unmensch- lichen Grenze zum Naturschutz

inkl. Halbpension und Lunchpaket
tägl. freier Eintritt in die benachbarte Sole-Therme
Einzelzimmer: 945,00 €



Metro- polen Europas

Eine Stadt kennenlernen heißt nicht, Sehenswürdigkeiten abzuholen. Es heißt zu verstehen, wie Menschen dort leben, arbeiten und streiten.

In dieser Rubrik reisen Sie in europäische Städte und schauen hinter die Postkartenansicht: in Stadtteile abseits der Innenstadt, in Institutionen, Betriebe und Initiativen. Sie sprechen mit Menschen vor Ort über Wohnungsnot, Migration, Verkehr, Arbeitsbedingungen – Themen, die Ihnen daheim genauso begegnen. Vorbereitet wird alles für Sie; nur Neugier und Kondition für ein volles Programm müssen mitgebracht werden.

Werfen Sie jetzt einen Blick auf unsere Seminare und sichern Sie sich Ihren Platz.



270812008

890,00 €

21.02.–26.02.27
Athen · Griechenland



Hinter der Akropolis – Geschichte, Erinnerung und europäische Verantwortung

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 1.090,00 €



270812001

790,00 €

07.03.–12.03.27
Brüssel · Belgien



EU Insights: Politik erleben in Brüssel

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 1.125,00 €



270812002

810,00 €

07.03.–12.03.27
Bilbao · Spanien



Bilbao im Wandel – Identität und Selbstbestim- mung im Baskenland

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 980,00 €



270812024

820,00 €

14.03.–19.03.27
Lissabon · Portugal



Wem gehört Lissabon? Stadtentwicklung, Tourismus und soziale Fragen im äußersten Westen der EU

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 1.060,00 €



278212011

850,00 €

21.03.–26.03.27
Tirana · Albanien



Tirana – Einblicke in Albaniens Wandel und Widersprüche

inkl. Frühstück und Eintritte
Einzelzimmer: 990,00 €



270812012

785,00 €

04.04.–09.04.27
Ljubljana · Slowenien



Ljubljana – Slowenien zwischen historischem Erbe und Demokratie in Europa

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 1.040,00 €



270812018

770,00 €

18.04.–23.04.27
Pristina · Kosovo



Im Spannungsfeld des Balkans: Der Kosovo zwischen Vielfalt und Konflikt

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 920,00 €



270812013

740,00 €

25.04.–30.04.27
Nikosia · Zypern



Zypern: Insel der Kontraste – Eine Insel zwischen Geschichte, Konflikt und Dialog

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 915,00 €



270812009

780,00 €

25.04.–30.04.27
Sarajevo · Bosnien-Herzegowina



Bosnien-Herzegowina: Tito, Krieg und Gegenwart – Wo stehen das Land und seine Bewohner:innen im Rahmen der EU-Beitrittskandidatur?

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 918,00 €



278212002

870,00 €

25.04.–30.04.27
Thessaloniki · Griechenland



Thessaloniki im Wandel – Neue Arbeitswelten, urbane Transformation und Solidarität

inkl. Frühstück und Eintritte
Einzelzimmer: 1.010,00 €



278212015

840,00 €

02.05.–07.05.27
Istanbul · Türkei



Istanbul – eine Stadt im Aufbruch?! Eine Begegnungsreise zu den Umwelt-, Frauen- und Menschenrechtsbewegungen

inkl. Frühstück und Eintritte
Einzelzimmer: 990,00 €



270812003

860,00 €

09.05.–14.05.27
Valencia · Spanien



Grüne Stadt am Mittelmeer: Valencia als Modell für nachhaltigen Wandel

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 1.148,00 €



270812006

810,00 €

09.05.–14.05.27
Wien · Österreich



Wien erleben: Dreh- und Angelpunkt internationaler Beziehungen

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 1.025,00 €



278212006

820,00 €

09.05.–14.05.27
Belgrad · Serbien



Belgrad – Architektonisches Labor der Moderne und die Ästhetik des Widerstands

inkl. Frühstück und Eintritte
Einzelzimmer: 990,00 €



278212009

790,00 €

23.05.–28.05.27
Sarajevo · Bosnien-Herzegovina



Sarajevo im Aufbruch – Zwischen kollektivem Gedächtnis, Resilienz und neuen Visionen

inkl. Frühstück und Eintritte
Einzelzimmer: 920,00 €



270512007

725,00 €

30.05.–04.06.27
Wien · Österreich



Wien – historische, kulturelle und ökologische Besonderheiten einer europäischen Metropole

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 805,00 €



278212001

870,00 €

30.05.–04.06.27
Bukarest · Rumänien



Bukarest – Wandel und Widersprüche einer europäischen Metropole

inkl. Frühstück und Eintritte
Einzelzimmer: 990,00 €



270812014

860,00 €

06.06.–11.06.27
Tiflis · Georgien



Vom Goldenen Vlies bis nach Europa – Georgien zwischen Mythos, Moderne und der Europäische Union

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 1.100,00 €



278212003

770,00 €

06.06.–11.06.27
Pristina · Kosovo



Kosovo im Aufbruch – Demokratie, Zivilgesellschaft und europäische Zukunft

inkl. Frühstück und Eintritte
Einzelzimmer: 900,00 €



278212007

820,00 €

13.06.–18.06.27
Belgrad · Serbien



Belgrad – Architektonisches Labor der Moderne und die Ästhetik des Widerstands

inkl. Frühstück und Eintritte
Einzelzimmer: 990,00 €



270512009

700,00 €

27.06.–02.07.27
Salzburg · Österreich



Salzburg – Europäische Perspektiven aus Politik, Wirtschaft, Gesellschaft und Geschichte

inkl. Frühstück und Salzburg-Card
Einzelzimmer: 800,00 €



270812010

780,00 €

05.09.–10.09.27
Sarajevo · Bosnien-Herzegowina



Bosnien-Herzegowina: Tito, Krieg und Gegenwart – Wo stehen das Land und seine Bewohner:innen im Rahmen der EU-Beitrittskandidatur?

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 918,00 €



270812015

785,00 €

05.09.–10.09.27
Bratislava · Slowakei



Bratislava im Spannungsfeld: Wandel, Demokratie und europäische Zukunft in der Slowakei

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 998,00 €



278212005

770,00 €

05.09.–10.09.27
Pristina · Kosovo



Kosovo im Aufbruch – Demokratie, Zivilgesellschaft und europäische Zukunft

inkl. Frühstück und Eintritte
Einzelzimmer: 900,00 €



278212008

820,00 €

12.09.–17.09.27
Belgrad · Serbien



Belgrad – Architektonisches Labor der Moderne und die Ästhetik des Widerstands

inkl. Frühstück und Eintritte
Einzelzimmer: 990,00 €



270812017

690,00 €

19.09.–24.09.27
Tallinn · Estland



Tallinn – Metropole der EU: Politisches und gesellschaftliches Leben in Estland

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 820,00 €



270512018

700,00 €

19.09.–24.09.27
Salzburg · Österreich



Salzburg – Europäische Perspektiven aus Politik, Wirtschaft, Gesellschaft und Geschichte

inkl. Frühstück und Salzburg-Card
Einzelzimmer: 800,00 €



270812007

760,00 €

19.09.–24.09.27
Brüssel · Belgien



EU Insights: Politik erleben in Brüssel

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 970,00 €



278212004

870,00 €

19.09.–24.09.27
Thessaloniki · Griechenland



Thessaloniki im Wandel – Neue Arbeitswelten, urbane Transformation und Solidarität

inkl. Frühstück und Eintritte
Einzelzimmer: 1.010,00 €



270512020

725,00 €

26.09.–01.10.27
Wien · Österreich



Wiens Stadtentwicklung: Vom „Vienna Gloriosa“ des Barocks zur Seestadt

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 805,00 €



278212016

890,00 €

26.09.–01.10.27
Athen · Griechenland



Athen – Ein Land mit Krisen ohne Ende?

Ein Blick hinter die Kulissen
in Athen

inkl. Frühstück und Eintritte
Einzelzimmer: 1.030,00 €



278212010

790,00 €

03.10.–08.10.27
Sarajevo · Bosnien-Herzegovina



Sarajevo im Aufbruch – Zwischen kollektivem Gedächtnis, Resilienz und neuen Visionen

inkl. Frühstück und Eintritte
Einzelzimmer: 920,00 €



270812011

860,00 €

10.10.–15.10.27
Belgrad · Serbien



Serbiens Weg in die Zukunft – Zwischen Moskau, Peking und der EU

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 1.085,00 €



270812019

660,00 €

31.10.–05.11.27
Prag · Tschechien



Prag – eine europäische Metro- pole als Spiegel von Geschich- te, Gedenken und modernen Perspektiven

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 845,00 €



270512030

725,00 €

28.11.–03.12.27
Wien · Österreich



Wien – historische, kulturelle und öko- logische Besonderheiten einer europäischen Metropole

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 805,00 €

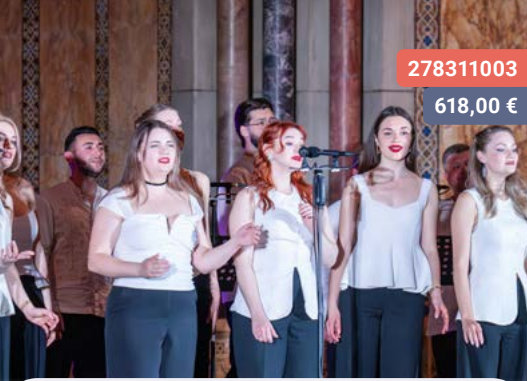


Medien und Kultur

Nachrichten, Feeds, Bilder, KI-Texte: Täglich prasseln eine Menge auf uns alle ein. Aber wer macht das eigentlich und mit welcher Absicht?

In diesen Bildungsurlauben nehmen Sie sich Zeit, genauer hinzusehen. Sie beschäftigen sich damit, wie Medien arbeiten, wie Meinung entsteht und wie man Falschinformationen erkennt. Oder Sie wechseln die Seite und werden selbst gestaltend tätig: mit Kamera, Text, Film oder Gestaltung. Auch Kultur gehört hierher: Sie erzählt davon, wie eine Gesellschaft tickt.

Suchen Sie aus, was Sie interessiert, und buchen Sie sich jetzt Ihren Platz.



278311003

618,00 €

24.02.–26.02.27
Akademie Haus Sonneck

Chormanagement kompakt: Verantwortung, Organisation und Finanzierung im Chor

inkl. Vollverpflegung und Übernachtung
Einzelzimmer: 660,00 €



271012004

895,00 €

19.04.–23.04.27
Bischofsheim

Achtsame Fotografie – Fotografische Kenntnisse für den Beruf erweitern

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 995,00 €



270311021

110,00 €

19.04.–23.04.27
Hannover

Kunst erleben und verstehen II

Gebühr für Mitglieder der IG Metall: 80,00 €



270311002

300,00 €

26.04.–30.04.27
Hannover

Fernsehen im Wandel – Medien verstehen, gestalten, kritisch hinterfragen



270311029

490,00 €

28.06.–02.07.27
Hannover

Bilder der Gesellschaft: Fotografie als Medium sozialer und politischer Kommunikation



270311022

110,00 €

13.09.–17.09.27
Hannover

Kunst erleben und verstehen II

Gebühr für Mitglieder der IG Metall: 80,00 €



271012032

895,00 €

11.10.–15.10.27
Ostseebad Sellin

Lebensräume in Schwarzweiß Schärfung von visuellen Fähigkeiten für den Beruf durch Fotografie

inkl. Vollpension
Einzelzimmer: 970,00 €



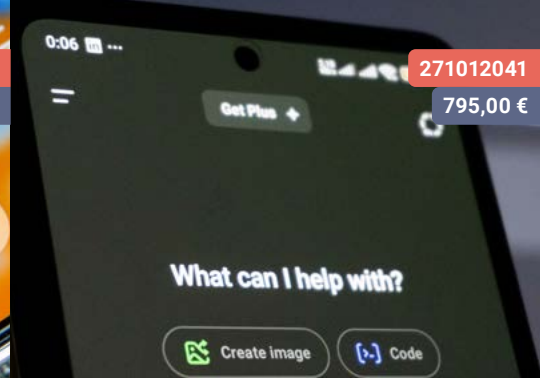
271011049

195,00 €

11.10.–15.10.27
Wolfsburg

Social Media, KI und ihre Macht in der Politik

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg
und Braunschweig: 169,00 €



271012041

795,00 €

15.11.–19.11.27
Bremen

Die KI-Revolution und wir - Auswirkungen, Chancen und Bedrohungen im Alltag, für Wirtschaft und Demokratie

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 955,00 €



271012038

895,00 €

22.11.–26.11.27
Ostseebad Sellin

Lebensräume in Schwarzweiß Schärfung von visuellen Fähigkeiten für den Beruf durch Fotografie

inkl. Vollpension
Einzelzimmer: 970,00 €



270311024

110,00 €

13.12.–17.12.27
Hannover

Kunst erleben und verstehen III

Gebühr für Mitglieder der IG Metall: 80,00 €



Geschichte

Geschichte ist kein Stoff aus dem Schulbuch. Sie liegt direkt vor unserer Haustür.

Mit unseren Seminaren gehen Sie dorthin, wo Geschichte stattgefunden hat: an authentische Orte, in Gedenkstätten, Archive und Regionen mit bewegter Vergangenheit. Sie beschäftigen sich mit Nationalsozialismus und Widerstand, mit Teilung und Wiedervereinigung, mit Arbeiterbewegung und demokratischen Umbrüchen. Begleitet werden Sie von Menschen, die sich auskennen und die Ihre Fragen ernst nehmen – auch die unbequemen. Vorwissen brauchen Sie keines, Interesse reicht völlig.

Sichern Sie sich jetzt Ihren Platz und lernen Sie aus der Vergangenheit für unsere Zukunft als Gesellschaft.



270312002

800,00 €

01.03.–05.03.27
Hamburg

St. Pauli – Deutschlands berühmtester Stadtteil zwischen gestern und heute

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 960,00 €
Seminargebühr ohne Übernachtung: 570,00 €



271011028

195,00 €

15.03.–19.03.27
Wolfsburg

Wolfsburg im Mittelalter – Auf Spuren deutscher Geschichte

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg
und Braunschweig: 169,00 €



270311014

110,00 €

15.03.–19.03.27
Hannover

Geschichte von unten Teil 1! Soziale Auseinandersetzungen, Erfolge und Niederlagen der Interessenvertretung

Gebühr für Mitglieder der IG Metall: 80,00 €

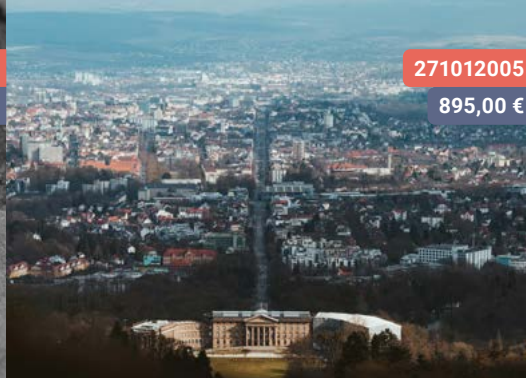


270211001

230,00 €

05.04.–09.04.27
Region Wolfsburg/Braunschweig

Erinnerungsorte in der Stadt und Region Braunschweig/ Wolfsburg – eine Spurensuche



271012005

895,00 €

10.05.–14.05.27
Kassel

Die Kasseler Unterwelten – Geschichte(n) hautnah

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 930,00 €



271012007

595,00 €

23.05.–28.05.27
Ihlow

Die Teekultur Ostfrieslands

inkl. Halbpension
Einzelzimmer: 625,00 €



271012047

795,00 €

16.08.–20.08.27
Stolberg

„Zwischen Bodenständigkeit und Radikalisierung“: Martin Luther, Thomas Müntzer und der Bauernkrieg – Die frühe Reformationszeit im Südharz

inkl. Halbpension
Einzelzimmer: 850,00 €



271011062

195,00 €

06.09.–10.09.27
Wolfsburg

Die Stadtgeschichte Wolfsburgs

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg
und Braunschweig: 169,00 €



271012026

795,00 €

20.09.–24.09.27
Bremen

Kaffeestadt Bremen – Geschichte, Anbau und Handel

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 955,00 €



271012029

895,00 €

26.09.–01.10.27
Völklingen

Weltkulturerbe im Licht und Schatten – Industriefotografie an der Völklinger Hütte

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 970,00 €



270512019

795,00 €

26.09.–01.10.27
Helgoland

Geschichte erleben auf Helgoland

inkl. Halbpension und Lunchpaket
Einzelzimmer: 865,00 €



270312003

810,00 €

11.10.–15.10.27
Hamburg

St. Pauli – Deutschlands berühmtester Stadtteil zwischen gestern und heute

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 995,00 €
Seminargebühr ohne Übernachtung: 570,00 €



278212013

690,00 €

24.10.–29.10.27
Łódź · Polen



Łódź & Kulmhof

Erinnern heißt
Verantwortung übernehmen

inkl. Frühstück und Eintritte
Einzelzimmer: 810,00 €



270512028

655,00 €

14.11.–19.11.27
Nürnberg

**Nürnberg – Reichsparteitags-
gelände der NSDAP und die Be-
deutung der Stadt für die Nazis**

inkl. Frühstück und Lunchpaket
Einzelzimmer: 755,00 €



278212012

795,00 €

14.11.–19.11.27
Krakau · Polen



Krakau & Oświęcim (Auschwitz)

Erinnern heißt
Verantwortung übernehmen

inkl. Frühstück und Eintritte
Einzelzimmer: 970,00 €



270311015

110,00 €

15.11.–19.11.27
Hannover

Geschichte von unten Teil 1! Soziale Auseinandersetzungen, Erfolge und Niederlagen der Interessenvertretung

Gebühr für Mitglieder der IG Metall: 80,00 €



Politik und Gesell- schaft

Wer entscheidet eigentlich über Rente, Miete, den eigenen Arbeitsplatz? Und wie kommen Sie da rein?

Nehmen Sie sich mit diesen Bildungsurlauben Zeit für die Fragen, die im Alltag schnell untergehen. Es geht um unsere Demokratie und darum, wer sie gerade unter Druck setzt. Um soziale Gerechtigkeit, Europa, Migration, Rechtsextremismus, Arbeitsmarkt und Wirtschaft. Sie diskutieren dabei mit Fachleuten und mit Menschen aus ganz unterschiedlichen Berufen.

Was Sie mitnehmen, ist konkret: Wissen, wie politische Entscheidungen zustande kommen; das Erkennen von populistischen Parolen und das Vertrauen, die eigene Position zu vertreten anstatt sich wegzuducken.

Blättern Sie jetzt durch und sichern Sie sich Ihren Platz.



271011006

195,00 €

15.02.–19.02.27
Gifhorn

Fußball – Zwischen Faszination, Kommerz und Randalen

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg und Braunschweig: 169,00 €



278311002

941,00 €

01.03.–05.03.27
Akademie Haus Sonneck

Mutig. Weiblich. Selbstbestimmt. Selbstbehauptung und Empowerment für berufstätige Frauen

inkl. Vollverpflegung und Übernachtung
Einzelzimmer: 1.025,00 €



270311012

110,00 €

15.03.–19.03.27
Hannover

Welt im Umbruch

Gebühr für Mitglieder der IG Metall: 80,00 €



270311008

110,00 €

19.04.–23.04.27
Hannover

Wirtschaft im Wandel – Wo bleiben wir?

Gebühr für Mitglieder der IG Metall: 80,00 €



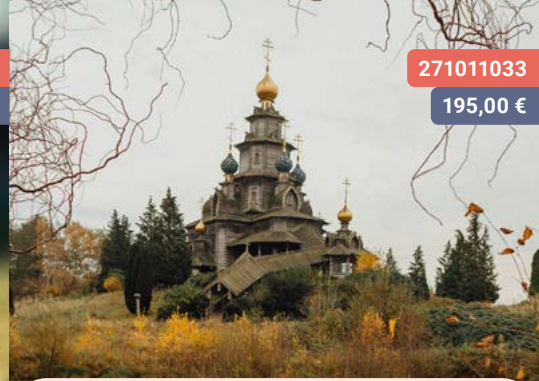
271011003

195,00 €

10.05.–14.05.27
Wolfsburg

Fußball – Zwischen Faszination, Kommerz und Randalen

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg
und Braunschweig: 169,00 €



271011033

195,00 €

24.05.–28.05.27
Wolfsburg

Kulturhistorische und spirituelle Orte in Wolfsburg und Umgebung

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg
und Braunschweig: 169,00 €



271012010

765,00 €

24.05.–28.05.27
Bad Sachsa

Vom Bergbau zum Tourismus Wirtschaftliche Entwicklungen im Harz mit dem Motorrad erfahren

inkl. Halbpension
Einzelzimmer: 785,00 €



271012012

895,00 €

07.06.–11.06.27
Freiburg

Green City Freiburg

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 1.135,00 €



271011021

195,00 €

07.06.–11.06.27
Gifhorn

Das Fahrrad – Karriere eines Fortbewegungsmittels

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg
und Braunschweig: 169,00 €



270311006

110,00 €

07.06.–11.06.27
Hannover

Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer in Betrieb und Gesellschaft

Gebühr für Mitglieder der IG Metall: 80,00 €



271011004

195,00 €

14.06.–18.06.27
Wolfsburg

Das Fahrrad – Karriere eines Fortbewegungsmittels

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg
und Braunschweig: 169,00 €



271011038

225,00 €

28.06.–02.07.27
Wolfsburg

Japan verstehen – Gemeinsamkeiten und Unterschiede im deutsch-japanischen Kontext

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg
und Braunschweig: 199,00 €



271011029

225,00 €

28.06.–02.07.27
Braunschweig

Das Fahrrad – Karriere eines Fortbewegungsmittels

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg und Braunschweig: 199,00 €



271012021

795,00 €

23.08.–27.08.27
Kiel

Kiel und die Marine – Vom Kieler Matrosenaufstand 1918 bis zur Rolle Kiels als Marinestadt in der Gegenwart

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 965,00 €



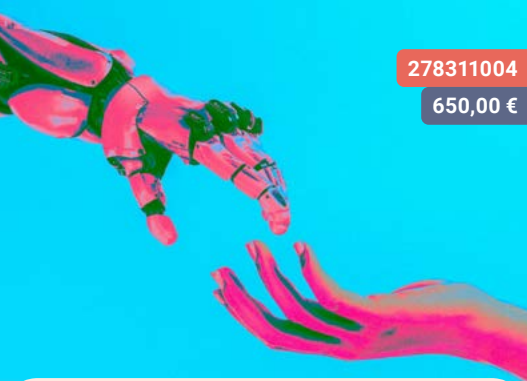
270311009

110,00 €

30.08.–03.09.27
Hannover

Wirtschaft im Wandel – Wo bleiben wir?

Gebühr für Mitglieder der IG Metall: 80,00 €



278311004

650,00 €

01.09.–03.09.27
Akademie Haus Sonneck

Digitale Zukunft – menschliche Zusammenarbeit. KI, Arbeit und Gesellschaft im Wandel

inkl. Vollverpflegung und Übernachtung
Einzelzimmer: 690,00 €



270311007

110,00 €

06.09.–10.09.27
Hannover

Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer in Betrieb und Gesellschaft

Gebühr für Mitglieder der IG Metall: 80,00 €



271012013

765,00 €

06.09.–10.09.27
Bad Sachsa

Vom Bergbau zum Tourismus Wirtschaftliche Entwicklungen im Harz mit dem Motorrad erfahren

inkl. Halbpension
Einzelzimmer: 785,00 €



271011040

195,00 €

06.09.–10.09.27
Wolfsburg

Kulturhistorische Orte in multi-religiöser Perspektive – religiöse Vielfalt in Wolfsburg und Umgebung

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg und Braunschweig: 169,00 €



271012014

765,00 €

13.09.–17.09.27
Bad Sachsa

Vom Bergbau zum Tourismus Wirtschaftliche Entwicklungen im Harz mit dem Motorrad erfahren

inkl. Halbpension
Einzelzimmer: 785,00 €



271012025

625,00 €

19.09.–24.09.27
Oberwesel

Die kulturgeschichtliche Bedeutung des Weinanbaus für eine Region

inkl. Halbpension
Einzelzimmer: 700,00 €



271011066

495,00 €

20.09.–24.09.27
Berlin

Stadt von unten – Berlin aus neuen Perspektiven



271012028

655,00 €

26.09.–01.10.27
Traben-Trarbach

Die kulturgeschichtliche Bedeutung des Weinanbaus für eine Region

inkl. Halbpension
Einzelzimmer: 730,00 €



271011052

225,00 €

27.09.–01.10.27
Oebisfelde

Grenze – Grenzenlos/Freiheit Nationales Naturmonument Grünes Band

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg
und Braunschweig: 199,00 €



271011054

225,00 €

27.09.–01.10.27
Braunschweig

Von der Sonne direkt ins Haus: Strom und Wärme aus Solarenergie

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg
und Braunschweig: 199,00 €



271011064

195,00 €

01.11.–05.11.27
Wolfsburg

Wir schauen hin – Man sieht nur, was man weiß (Rechte Codes und Kleidung)

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg
und Braunschweig: 169,00 €



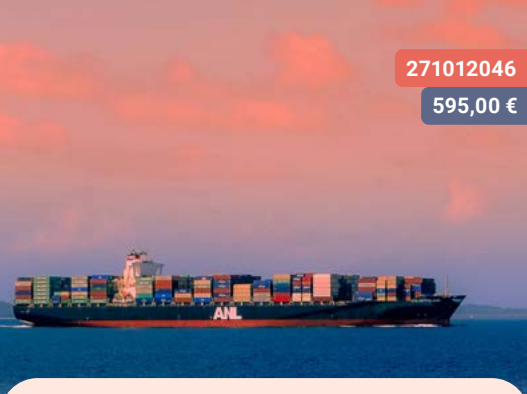
271011044

195,00 €

08.11.–12.11.27
Wolfsburg

Fußball – Zwischen Faszination, Kommerz und Randalen

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg
und Braunschweig: 169,00 €



271012046

595,00 €

08.11.–12.11.27
Bremerhaven

Handelsschiffahrt im Sog der Globalisierung

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 670,00 €



271012035

675,00 €

15.11.–19.11.27
Berlin

Berlin im Untergrund – Die Stadt unter der Stadt

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 790,00 €



270311013

110,00 €

22.11.–26.11.27
Hannover

Welt im Umbruch

Gebühr für Mitglieder der IG Metall: 80,00 €



271012036

675,00 €

22.11.–26.11.27
Berlin

Berlin im Untergrund – Die Stadt unter der Stadt

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 790,00 €



271012040

595,00 €

29.11.–03.12.27
Berlin

Bauen in Berlin: Architektur und Macht – Macht der Architektur

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 740,00 €



271012037

675,00 €

06.12.–10.12.27
Berlin

Berlin im Untergrund – Die Stadt unter der Stadt

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 790,00 €



Arbeits- und Lebensge- staltung

Ständig erreichbar, immer im Takt, abends leer: Das kommt Ihnen bekannt vor? Dann ist es Zeit, einen Schritt zurückzutreten.

In diesen Bildungsurlauben geht es um sich, die eigene Arbeit und das Leben. Sie beschäftigen sich damit, wie Belastung entsteht und was tatsächlich gegen sie hilft – von Stressbewältigung und Bewegung über gesunden Schlaf bis zum Umgang mit Konflikten und schwierigen Gesprächen. Dabei bleibt es nicht bei Tipps für Sie allein: Sie schauen auch darauf, welche Bedingungen im Betrieb belasten und wie sich daran etwas ändern lässt. Übungen zum Ausprobieren gehören dazu, aber niemand muss etwas tun, was sich falsch anfühlt.

Fünf Tage Abstand vom Betriebsalltag sind kein Luxus. Wenn Sie unsicher sind, wie Sie die Freistellung beantragen, unterstützen wir Sie gerne dabei. Ihre Gesundheit hat einen festen Termin verdient.



270311016

250,00 €

01.02.–05.02.27
Hannover

Gesundheitsselbst- management

Gebühr für Mitglieder der IG Metall: 220,00 €



270312001

870,00 €

01.03.–05.03.27
Norderney

Entspannt und erfolgreich im Beruf – Mit Stressmanagement und Burnout-Prophylaxe

inkl. Vollpension
Einzelzimmer: 915,00 €



271512001

685,00 €

08.03.–11.03.27
Neuharlingersiel

Mehr Power im Kopf: Ganzheitliches Gedächtnis- training zur kognitiven und per- sönlichen Weiterentwicklung

inkl. Vollpension
Einzelzimmer: 725,00 €



270311010

120,00 €

08.03.–12.03.27
Hannover

Rente im Blick – Hinter dem Horizont: Gut informiert in den Ruhestand

Gebühr für Mitglieder der IG Metall: 80,00 €



271011009

195,00 €

15.03.–19.03.27
Gifhorn

Genuss und umweltbewusstes Leben – ein Widerspruch?

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg
und Braunschweig: 169,00 €



270812004

860,00 €

04.04.–09.04.27
Spiekeroog

In Balance bleiben – ganzheitliche Strategien und Methoden

inkl. Halbpension und Lunchpaket



270311027

380,00 €

05.04.–09.04.27
Hannover

Rückenwind im Job – Methoden für körperliche Gesundheit und mentale Belastbarkeit im Berufsalltag



271011008

195,00 €

05.04.–09.04.27
Gifhorn

Hinter dem Horizont

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg und Braunschweig: 169,00 €



271011013

195,00 €

12.04.–16.04.27
Wolfsburg

Mission aktiver Ruhestand – gestärkt in den neuen Lebensabschnitt!

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg und Braunschweig: 169,00 €



270311001

220,00 €

12.04.–14.04.27
Hannover

Entspannt durch den Arbeits- alltag: Strategien zur Stressre- duktion und Stressbewältigung



271012002

795,00 €

18.04.–23.04.27
Neuharlingersiel

Bleib Locker – in der Ruhe liegt die Kraft

all inclusive
Einzelzimmer: 870,00 €



271011002

225,00 €

19.04.–23.04.27
Wolfsburg

Kraftort Wald – Wie wir das wertvolle Potential der Bäume für Gesundheit und Gesellschaft nutzen können

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg
und Braunschweig: 199,00 €



270312010

895,00 €

19.04.–23.04.27
Bad Sachsa

Mit (eigenen) Texten überzeugen **Klar und wirkungsvoll schreiben**

inkl. Vollpension



271012051

895,00 €

25.04.–30.04.27
Hohenfelde an der Ostsee

Mindset & Meer – **Die eigene Resilienz im Beruf und Alltag steigern**

inkl. Übernachtung im Einzelzimmer
in einer Ferienwohnung mit geteilten Bad



271012003

895,00 €

09.05.–14.05.27
Seebad Juliusruh

Konfliktmanagement in Beruf und Alltag – Entspannter durch Konflikte und Krisen

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 985,00 €



271512003

930,00 €

10.05.–14.05.27
Ostseebad Göhren

Raus aus der Erschöpfung – Erweiterung der eigenen Stresskompetenzen

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 1.080,00 €



271012009

895,00 €

24.05.–28.05.27
Bad Harzburg

Funktionierst du nur oder lebst du schon?

inkl. Halbpension und Lunchpaket
tägl. freier Eintritt in die benachbarte Sole-Therme
Einzelzimmer: 945,00 €



270311025

110,00 €

24.05.–28.05.27
Hannover

Hinter dem Horizont – an der Schwelle zum (Un)ruhestand

Gebühr für Mitglieder der IG Metall: 80,00 €



270812025

640,00 €

26.05.–29.05.27
Raesfeld

In Balance bleiben – ganzheitliche Strategien und Methoden

inkl. Vollpension



271011022

225,00 €

07.06.–11.06.27
Wolfsburg

Für eine gute Work-Life-Balance Stress und Burnout vorbeugen

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg
und Braunschweig: 199,00 €



270812005

860,00 €

13.06.–18.06.27
Spiekeroog

In Balance bleiben – ganzheitliche Strategien und Methoden

inkl. Halbpension und Lunchpaket



270311018

300,00 €

14.06.–18.06.27
Hannover

Professionell handeln in
komplexen Arbeitsstrukturen –
**Orientierung zwischen Vor-
gaben, Verantwortung und
Entscheidungsfähigkeit**



271011023

195,00 €

14.06.–18.06.27
Wolfsburg

**Glück und Gesundheit
selbst gemacht**

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg
und Braunschweig: 169,00 €



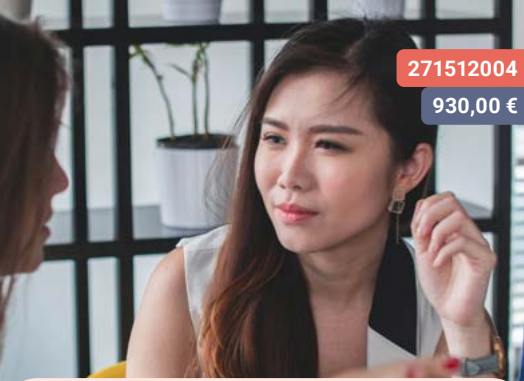
271011025

195,00 €

21.06.–25.06.27
Gifhorn

Raus aus der Komfortzone –
**Wie überliste ich meinen
inneren Schweinehund?**

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg
und Braunschweig: 169,00 €



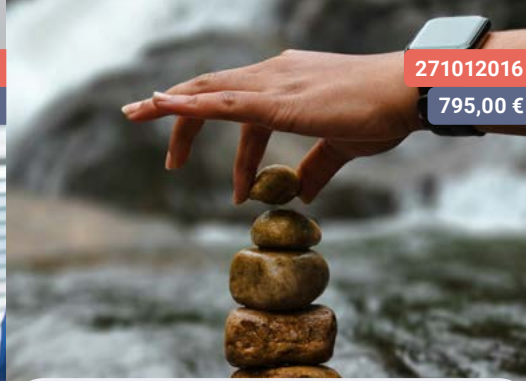
271512004

930,00 €

28.06.–02.07.27
Neuharlingersiel

Positive Kommunikation
in der agilen Arbeitswelt:
**Stressreduktion durch
Gesprächsführung und
Schlagfertigkeit**

inkl. Vollpension



271012016

795,00 €

04.07.–09.07.27
Pellworm

**Resilienz – Für gesunde
Leistungsfähigkeit im Beruf**

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 870,00 €



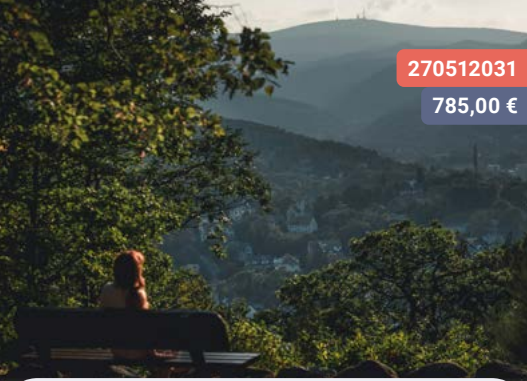
270812021

820,00 €

25.07.–30.07.27
Grainau

Wenn nicht jetzt, wann dann?!
**Zuversicht und Lebenslust
nach Umbruch und Krise**

inkl. Vollpension
Einzelzimmer: 895,00 €



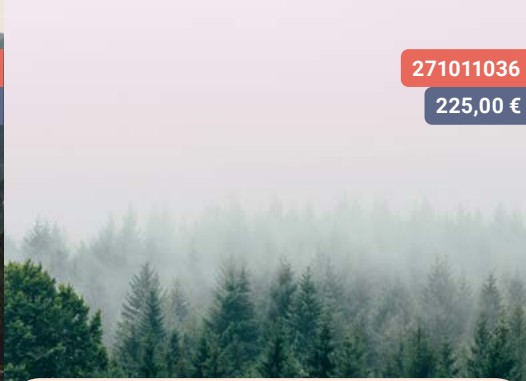
270512031

785,00 €

23.08.–27.08.27
Goslar

Neue Energie für den Berufsalltag – Selbstmanagement und Ressourcen stärken im Harz

inkl. Vollpension
Einzelzimmer: 830,00 €



271011036

225,00 €

23.08.–27.08.27
Wolfsburg

Kraftort Wald – Wie wir das wertvolle Potential der Bäume für Gesundheit und Gesellschaft nutzen können

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg
und Braunschweig: 199,00 €



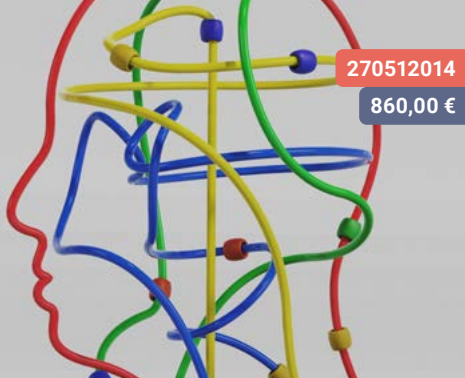
271012023

895,00 €

05.09.–10.09.27
Seebad Juliusruh

Female Empowerment – Weibliche Selbstwirksamkeit stärken

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 985,00 €



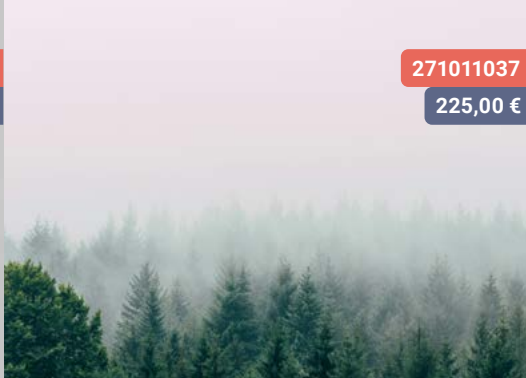
270512014

860,00 €

06.09.–10.09.27
Bad Harzburg

Effektives Arbeiten – Merktechniken und mentale Fitness im Naturparadies Harz

inkl. Halbpension und Lunchpaket
Einzelzimmer: 910,00 €



271011037

225,00 €

13.09.–17.09.27
Wolfsburg

Kraftort Wald – Wie wir das wertvolle Potential der Bäume für Gesundheit und Gesellschaft nutzen können

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg
und Braunschweig: 199,00 €



270812020

790,00 €

19.09.–24.09.27
Ruhpolding

Hochsensibilität im Berufsalltag: Herausforderungen bewältigen und Selbstvertrauen stärken

inkl. Vollpension
Einzelzimmer: 840,00 €



271512005

920,00 €

20.09.–24.09.27
Arnstein

Gewaltfreie Kommunikation nach M. Rosenberg

inkl. Vollpension
Einzelzimmer: 965,00 €



270311026

110,00 €

20.09.–24.09.27
Hannover

Hinter dem Horizont – an der Schwelle zum (Un)ruhestand

Gebühr für Mitglieder der IG Metall: 80,00 €



271012030

795,00 €

04.10.–08.10.27
Bad Harzburg

Die Bibliothek der Emotionen: Biografisches Lernen, emotio- nale Bildung und gesellschaft- liche Reflexion

inkl. Frühstück
tägl. freier Eintritt in die benachbarte Sole-Therme
Einzelzimmer: 835,00 €



Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg
und Braunschweig: 199,00 €



inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 925,00 €



inkl. Vollpension



271011048

195,00 €

11.10.–15.10.27
Wolfsburg

Glück und Gesundheit selbst gemacht

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg
und Braunschweig: 169,00 €



270312011

790,00 €

01.11.–05.11.27
Wangerland

Bühnenbild meines Lebens – Ressourcen entdecken, Ziele gestalten und Zukunft bauen

inkl. Vollpension



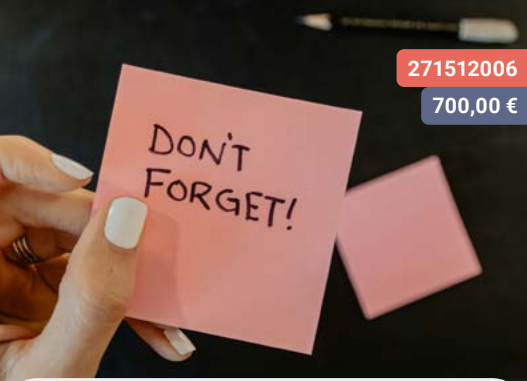
271012039

695,00 €

01.11.–05.11.27
Pellworm

Gesund und wirksam handeln in anspruchsvollen Arbeits- kontexten

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 755,00 €



271512006

700,00 €

01.11.–04.11.27
Hildesheim

Mehr Power im Kopf: Ganzheitliches Gedächtnis- training zur kognitiven und per- sönlichen Weiterentwicklung

inkl. Vollpension



270311017

250,00 €

08.11.–12.11.27
Hannover

Gesundheitsselbst- management

Gebühr für Mitglieder der IG Metall: 220,00 €



270311011

120,00 €

08.11.–12.11.27
Hannover

Rente im Blick – Hinter dem Horizont: Gut infor- miert in den Ruhestand

Gebühr für Mitglieder der IG Metall: 80,00 €



270311028

440,00 €

15.11.–19.11.27
Hannover

Mit (eigenen) Texten überzeugen
Klar und wirkungsvoll schreiben



271012034

795,00 €

21.11.–26.11.27
Ostseebad Sellin

**Reif für die Insel –
Stressbewältigung in Beruf
und Alltag**

inkl. Frühstück
Einzelzimmer: 895,00 €



271011057

195,00 €

22.11.–26.11.27
Gifhorn

Hinter dem Horizont

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg
und Braunschweig: 169,00 €



270512029

810,00 €

22.11.–26.11.27
Wangerooge

Resilienztraining und Stressmanagement auf Wangerooge

inkl. Vollpension
Einzelzimmer: 870,00 €



271012050

755,00 €

28.11.–03.12.27
Neuharlingersiel

Loslassen: für mehr Freiheit, Leichtigkeit und Selbstbestimmung – Selbstbestimmt Handeln in Beruf und Gesellschaft

all inclusive
Einzelzimmer: 830,00 €



271011058

195,00 €

29.11.–03.12.27
Wolfsburg

Genuss und umweltbewusstes Leben – ein Widerspruch?

Gebühr für Mitglieder der IG Metall Wolfsburg
und Braunschweig: 169,00 €

Wo melde ich mich an?

Online-Anmeldung

Sie können sich jederzeit direkt auf **www.aul-nds.de** und **www.aul-lsa.de** für alle unsere Bildungsurlaube anmelden!

Geschäftsstelle Hannover

Arndtstraße 20
30167 Hannover
0511 12105-0
hannover@aul-nds.de

Geschäftsstelle Oldenburg

Huntestraße 12
26135 Oldenburg
0441 92490-0
oldenburg@aul-nds.de

Geschäftsstelle Braunschweig

Bohlweg 55
38100 Braunschweig
0531 12336-30
braunschweig@aul-nds.de

Geschäftsstelle Hildesheim

Osterstraße 39a
31134 Hildesheim
0511 12105-0
hildesheim@aul-nds.de

Geschäftsstelle Osnabrück

August-Bebel-Platz 1
49074 Osnabrück
0541 33807-0
osnabrueck@aul-nds.de

Geschäftsstelle Göttingen

Lange-Geismar-Straße 72-73
37073 Göttingen
0551 49507-0
goettingen@aul-nds.de

Geschäftsstelle Lüneburg

Heiligengeiststraße 28
21335 Lüneburg
04131 927509-0
lueneburg@aul-nds.de

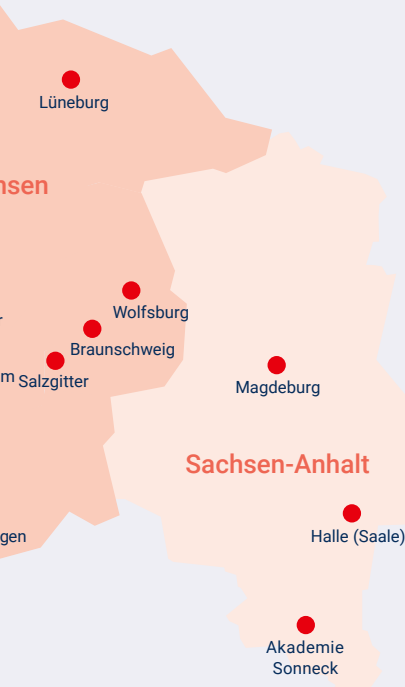
Geschäftsstelle Salzgitter

Chemnitzer Straße 33
38226 Salzgitter
05341 86409-0
salzgitter@aul-nds.de

Geschäftsstelle Wolfsburg

Heinrich-Nordhoff-Straße 99
38440 Wolfsburg
05363 70840-0
wolfsburg@aul-nds.de





Geschäftsstelle Magdeburg

Stresemannstraße 18/19
39104 Magdeburg
0391 623495
info@aul-lsa.de

Geschäftsstelle Halle (Saale)

Röpziger Straße 19
06110 Halle
0345 5677 3048
info@aul-lsa.de

Akademie Sonneck

Telegrafenberg 8
06618 Naumburg (Saale)
03445 703153
info@akademie-sonneck.de

Allgemeine

Geschäftsbedingungen

Bitte beachten Sie vor Buchung
unsere Allgemeinen Geschäfts-
bedingungen. Diese finden Sie
jeweils immer aktuell unter

www.aul-nds.de/service/agb

www.aul-lsa.de/service/agb

Herausgegeben von:

Arbeit und Leben Niedersachsen gGmbH

Arndtstraße 20 · 30167 Hannover

0511 12105-0 · info@aul-nds.de

Arbeit und Leben Sachsen-Anhalt gGmbH

Stresemannstraße 18/19 · 39104 Magdeburg

0391 623495 · info@aul-lsa.de