

## Anmeldung

Anmeldungen bei euren zuständigen Bezirken.  
Die Kontaktdaten der sechs »Nord-Bezirke« lauten wie folgt:

**Süd-niedersachsen**, Kalandstraße 5, 31061 Alfeld  
Telefon: 05181 8416-0, Fax: 05181 8416-20  
**E-Mail: [bezirk.suedniedersachsen@igbce.de](mailto:bezirk.suedniedersachsen@igbce.de)**

**Oldenburg**, Amalienstraße 14, 26135 Oldenburg  
Telefon: 0441 408891-0, Fax: 0441 408891-17  
**E-Mail: [bezirk.oldenburg@igbce.de](mailto:bezirk.oldenburg@igbce.de)**

**Hannover**, Königsworther Platz 6, 30167 Hannover  
Telefon: 0511 7631-550, Fax: 0511 7631-570  
**E-Mail: [bezirk.hannover@igbce.de](mailto:bezirk.hannover@igbce.de)**

**Ib-benbüren**, Breite Straße 12, 49477 Ib-benbüren  
Telefon: 05451 9685-0, Fax: 05451 9685-20  
**E-Mail: [bezirk.ibbenbueren@igbce.de](mailto:bezirk.ibbenbueren@igbce.de)**

**Hamburg/Harburg**, Besenbinderhof 60, Ebene 3  
20097 Hamburg, Telefon: 040 280096-0, Fax: 040 280096-20  
**E-Mail: [bezirk.hamburg@igbce.de](mailto:bezirk.hamburg@igbce.de)**

**Schleswig-Holstein**, Friedenstraße 1–3, 24568 Kaltenkirchen  
Telefon: 04191 95733-0, Fax: 04191 95733-20  
**E-Mail: [bezirk.schleswig-holstein@igbce.de](mailto:bezirk.schleswig-holstein@igbce.de)**

## Haltung zeigen . . . auch bei Gegenwind!

Seine Meinung zu sagen, für seine Werte einzustehen und auch bei Gegenwind nicht umzukippen, erfordert Stärke, Mut und eine große Portion Selbstvertrauen.

Führungsstil, Umgang und Unternehmenskultur machen es uns nicht immer leicht, unsere Haltung zu bewahren und solidarisch zu bleiben. Einen entscheidenden Einfluss darauf hat die Art und Weise, wie wir kommunizieren.

Ziel des Seminars ist es, das Selbstbewusstsein und das Vertrauen in sich zu stärken sowie Möglichkeiten zu erkennen und zu nutzen, um in der Lage zu sein:

- seine Meinung klar zu formulieren,
- für seine Haltung und Grundwerte und die der IG BCE einzustehen,
- auch bei heftigem Gegenwind nicht umzukippen,
- zu überzeugen, statt zu überreden,
- vorbereitet auf Veränderungen zu reagieren,
- an Widerständen zu wachsen,
- auf sich zu achten,
- Wege zu finden, Kraft und Energie zu tanken, um sich den stetig wechselnden Winden zu stellen.

<b>Seminartyp:</b>	Wochenseminar
<b>Seminar-Nr.:</b>	LBZ-100-080201-20
<b>Termin:</b>	23.08.–28.08.2020
<b>Ort:</b>	Gustav-Heinemann-Bildungsstätte, Malente



Bildungs- und Tagungszentrum Gustav Heinemann Malente  
[www.heinemann-bildungsstaette.de](http://www.heinemann-bildungsstaette.de)

## Über meine Zeit verfüge ich!

### Graue Herren und andere Zeitdiebe in der digitalen Welt

Eines Tages tauchen bei Momo die grauen Herren auf. Die glatzköpfigen Agenten der »Zeitsparkasse« haben den Auftrag den Menschen die Zeit zu stehlen. So geht die Geschichte von Momo und ihren Freunden, die von Michael Ende 1973 erstmals veröffentlicht wurde. Das Thema ist heute so aktuell wie damals, denn wer kennt das nicht, das unbefriedigende Gefühl am Abend irgendwie nicht alles geschafft zu haben. Wo ist die fehlende Zeit, um alles bewältigen zu können, was wir uns vorgenommen haben.

Im digitalen Zeitalter werden die Anforderungen vielfältiger, die zeitliche Belastung ist spürbar angezogen. Neue Technologien greifen immer mehr in unseren Alltag ein. Muss mit Smartphones und E-Mails bewusster umgegangen werden? Es ist wichtig, unsere Möglichkeiten nutzen, unser Leben aktiv in die Hand zu nehmen. Eine konsequente Priorisierung kann eine wesentliche Verbesserung unserer Zeitplanung bewirken. Dadurch gewinnen wir freie und selbstbestimmte Zeit für die anderen Dinge, die uns wichtig sind. Dies sorgt für mehr Zufriedenheit und trägt zugleich zum Abbau von Stress und Hektik bei, mit einem Gewinn an positivem Lebensgefühl, denn Zeit ist ein kostbares Gut!

Die Themen im Seminar:

- Wahrnehmung von Zeit aus unterschiedlichen Blickwinkeln
- Ermittlung des eigenen Stresslevels
- Verschiedene Planungsmethoden kennenlernen
- Zeitdiebe eliminieren, Prioritäten setzen
- Methoden zum Stressabbau

<b>Seminartyp:</b>	Wochenseminar
<b>Seminar-Nr.:</b>	LBZ-100-080101-20
<b>Termin:</b>	30.08. – 04.09.2020
<b>Ort:</b>	Bildungs- und Tagungszentrum HVHS Springe e.V.



Bildungs- und Tagungszentrum HVHS Springe e.V.  
[www.hvhs-springe.de](http://www.hvhs-springe.de)

# BILDUNGSPROGRAMM

## für Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer



# 2020

### Bildungsprogramm 2020

Industriegewerkschaft  
Bergbau, Chemie, Energie  
Landesbezirk Nord  
Königsworther Platz 6  
30167 Hannover

Verantwortlich: Ralf Becker  
Redaktion: Gerald Proß

November 2019

### Gestaltung und Druck:

BWH GmbH  
Beckstraße 10, 30457 Hannover

# LANDESBEZIRK NORD

## Kosten und Freistellung

## Kosten der Seminare nach Bildungsurlaub

Die Teilnahme an Seminaren der IG Bergbau, Chemie, Energie ist für Gewerkschaftsmitglieder kostenlos. Unterbringung und Verpflegung sind frei. Für die An- und Abreise werden Fahrtkosten der Bundesbahn (2. Klasse) – im Rahmen des Großkundenrabattes – und anderer öffentlicher Verkehrsmittel ersetzt.

Ausnahme beim Seminar »Danzig – Metropole Europas« (siehe Seminarbeschreibung unten).

## Freistellung nach Bildungsurlaub

Die Seminare dieses Programms sind nach den Bildungsurlaubsgesetzen der Länder Niedersachsen, Hamburg, Schleswig-Holstein und Bremen anerkannt. Nach den jeweils geltenden Ländergesetzen haben alle Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer einen Rechtsanspruch auf Bildungsurlaub unter Fortzahlung der Bezüge durch den Arbeitgeber.

Teilt bitte dem Arbeitgeber frühzeitig den Seminartermin (mindestens 6 Wochen vorher) mit.

## Zielgruppe

Unsere Seminare sind an interessierte Arbeitnehmerinnen, Arbeitnehmer und Mitglieder gerichtet.

## Danzig – Metropole Europas

### Politisches und gesellschaftliches Leben in Polen

Die »Perle des Nordens« ist bekannt für ihre Altstadt und ihre historische Bedeutung zwischen Deutschland und Polen. Das 16. und 17. Jahrhundert galten für die Stadt als das »goldene Zeitalter«, in dem Danzig zu einer der reichsten Städte Mitteleuropas wurde. Jahrhunderte lang war Danzig Spielball für die konkurrierenden Mächte.

Die ehemalige Hansestadt verlor im Zweiten Weltkrieg fast ihre gesamte Bausubstanz, wurde jedoch in den Nachkriegsjahren wiederaufgebaut und teils sogar originalgetreu rekonstruiert. Daher zeigt sie noch heute viele prachtvolle Bauwerke aus Zeiten der wirtschaftlichen Blüte. In den 1980er-Jahren stellte Danzig das Zentrum der oppositionellen Bewegung rund um die Gewerkschaftsbewegung Solidarnosc unter Führung von Lech Walesa in der Leninwerft dar. Heute ist deshalb dort ein europäisches Zentrum der Solidaritätsbewegung errichtet worden.

Die Stadt bietet uns die Möglichkeit, auf den Spuren des deutschen Schriftstellers, Malers und Bildhauers Günter Grass zu wandeln und einen Teil seines Lebens nachzuvollziehen. Mithilfe von Gesprächen und direktem Kontakt zu Danzigern möchten wir einen Einblick in das historische Danzig sowie in das Polen der heutigen Zeit bekommen, insbesondere in die politische Situation und das Verhältnis zu Deutschland und der Europäischen Union.

Das Seminar findet in Kooperation mit der Bildungsvereinigung Arbeit und Leben Nds. Osnabrück statt. Für IG BCE-Mitglieder wird die Seminargebühr von 650,00 € im Einzelzimmer und 540,00 € im Doppelzimmer von der IG BCE übernommen. (Diese umfasst Übernachtungen, Frühstück und eine Mahlzeit/Tag.) Die Anreise erfolgt selbstorganisiert und auf eigene Kosten. Nach der **Anmeldung beim Bezirk** erhaltet ihr eine Kostenübernahmeerklärung mit weiteren Informationen. Das Kontingent an Seminarplätzen ist begrenzt, daher ist die **Anmeldung bis zum 12.02.2020** erforderlich.

<b>Seminartyp:</b>	Wochenseminar
<b>Seminar-Nr.:</b>	LBZ-100-080301-20
<b>Termin:</b>	19.04. (16 Uhr) – 24.04.2020 (13 Uhr)
<b>Ort:</b>	Aparthotel Neptun, Danzig, Grzaska 1, 80-833 Gdansk

## Interessenvertretung im Betrieb

Unternehmerische Entscheidungen orientieren sich überwiegend an hohen Renditen. Wachsender Zeit- und Leistungsdruck, die zunehmende Entgrenzung von Arbeit und Leben und die Unsicherheiten des Arbeitsmarktes bringen Veränderungen im Arbeitsumfeld mit sich. Wie stark die einzelnen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter davon betroffen sind, ist unterschiedlich. Allen gemeinsam ist jedoch der Wunsch nach Guter Arbeit.

Doch wie diese aussieht, kann sehr unterschiedlich sein. Für die einen ist es ein guter Verdienst, andere benötigen eine gute Balance zwischen Arbeits- und Familienzeit, wieder andere gehen ganz in ihrer Tätigkeit auf und erwarten dafür die Wertschätzung von Kollegen und Vorgesetzten. Die Kunst besteht darin, die Interessen unterschiedlicher Belegschaftsgruppen zu identifizieren, zu bündeln und für deren Verwirklichung Handlungskonzepte zu entwickeln.

Alles, was man braucht, um loszulegen, ist Inhalt dieses Seminars: Hintergründe, Methoden, Konzepte, Anregungen für kleinere Projekte oder größere Kampagnen für die Interessenvertretung im Betrieb.



<b>Seminartyp:</b>	Wochenseminar
<b>Seminar-Nr.:</b>	LBZ-100-080601-20
<b>Termin:</b>	10.05. – 15.05.2020
<b>Ort:</b>	Marschenhof Wremen

## Vom Improvisationstheater lernen: Kreative Handlungsmöglichkeiten

### Theaterseminar zur Stärkung der Selbstdarstellung und des Miteinanders

Improvisationstheater ist spontanes Theater ohne vorgeschriebenen Text, ohne Kostüm und Bühnenbild. Die Darsteller des Improvisationstheaters gehen scheinbar unvorbereitet auf die Bühne und doch können sie wunderbare Geschichten erzählen, die berühren oder lustig sind. Hier stellt sich die Frage: »Wie ist das möglich?«

Der Workshop soll den Teilnehmern zeigen, dass jede Lebenssituation, ob privat oder beruflich, spontan greifbar und souverän zu bewältigen ist. Denn jeder kann improvisieren, wenn »gewisse Strukturen« beachtet werden. In der Improvisation gilt es, eine bestimmte Grundhaltung einzunehmen, um im Miteinander seine eigenen Stärken zu entdecken. Diese Strukturen und Grundhaltungen werden auf professioneller Ebene, aber mit spielerischer Leichtigkeit vermittelt. So lernen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer u. a. Situationen zu erfassen, Figuren zu erschaffen und Geschichten zu erzählen, ohne komplizierte Wege beschreiten zu müssen. Die Konzentration liegt immer im Moment – in dem Moment, in dem Kreativität und Fantasie geweckt werden. Die Teilnahme setzt keinerlei Vorkenntnisse oder sonstige Qualifikationen voraus! Lediglich die Lust am Miteinander, am gemeinsamen Spiel sollte vorhanden sein.

Der Workshop beinhaltet die Grundlagen des Improvisationstheaters. Nach und nach werden die Techniken erlernt und die Teilnehmerinnen und Teilnehmer werden motiviert, sich intensiv mit der Methodik einer Improvisation auseinanderzusetzen und das Gespielte zu reflektieren.

<b>Seminartyp:</b>	3-Tagesseminar
<b>Seminar-Nr.:</b>	LBZ-100-080401-20
<b>Termin:</b>	14.06. – 17.06.2020
<b>Ort:</b>	Gustav-Heinemann-Bildungsstätte Malente

Nachname, Vorname

IG BCE-Mitgliedsnummer (falls vorhanden)

IG BCE-Bezirk

Arbeitgeber

Funktion(en)

Hiermit melde ich mich zu folgendem Seminar an:

Titel

Seminarnummer

Datum

Adresse, an die die Einladung verschickt werden soll

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

Telefonnummer dienstlich

Telefonnummer privat

Ort, Datum

Unterschrift