



Jahresprogramm 2017

Miederindustrie – **BiT** – Textil Service

Kritische Akademie

Anerkannter Träger der Erwachsenenbildung

Die Kritische Akademie ist eine anerkannte Bildungseinrichtung nach dem Bildungszeitgesetz Baden-Württemberg.

Übrigens: Seit 2015 sind wir auch akkreditiertes Prüfinstitut für den Europäischen Wirtschaftsführerschein EBC*L.

Ihr Ansprechpartner:
Gebhard Schwägerl (schwaegerl@kritische-akademie.de)

Seminarprogramm 2017

BiT - Mieder - Textil Service

Bildung 4.0 – eine Bildung, die zu Industrie 4.0 und Office 4.0 passt. Lebenslanges Lernen war schon gestern. Lebenslang wird immer länger und die Arbeitswelt immer „interkultureller“. An Herausforderungen fehlt es uns nicht. Mit ihren Tarifverträgen zur Fort- und Weiterbildung in den Textilen Branchen hat die IG Metall hier Verantwortung übernommen. Die IG Metall sorgt auch dafür, dass kein Beschäftigter abgehängt wird.

In dem vorliegenden Programm können Beschäftigte aus drei textilen Branchen auf ein gemeinsames Angebot zurückgreifen. Damit kann ein reichhaltiges Veranstaltungsangebot gemacht werden, das für einzelne Branchen nicht möglich wäre.

Grundlage für das gemeinsame Programm sind die Tarifverträge:

- » „Tarifvertrag zur Sicherung und Förderung der Beschäftigung, der Wettbewerbsfähigkeit und zur tarifpolitischen Zusammenarbeit in der Branche Textil Service“ (Textil Service)
- » „Tarifvereinbarung über die Einrichtung eines Vereins und einer Stiftung für die Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer der Miederindustrie“ (Mieder)
- » „Tarifvertrag zur Förderung der Aus-, Fort-, und Weiterbildung für die Beschäftigten der Textil- und Bekleidungsindustrie“ (BiT)

Als familienfreundliche Variante bietet dieses zentrale Angebot die Möglichkeit, dass die Teilnehmer/-innen zu den Seminaren ihre/-n Lebenspartner/-in zu günstigen Konditionen mitbringen können. Wir laden alle Beschäftigten recht herzlich ein, von dem Programm aktiv Gebrauch zu machen.

Hans Wettengl



IG Metall Vorstand
(Mieder)

Manfred Menningen



IG Metall Vorstand
(BiT)

Thorsten Senhen



IG Metall Vorstand
(Textil Service)



Computer & Co 6

Computerwissen und Tabellenkalkulation	7
Computerwissen für Excel-Profis	8
Digitale Foto- und Videobearbeitung	9
Präsentieren mit Powerpoint	10

Fachbezogene Bildung 12

Rhetorik I	13
Rhetorik II	14
Rhetorik III	15
Rhetorik IV	16
Damit das Miteinander der Kulturen im Betrieb gelingt	17
Weitere fachbezogene Seminare	18
So funktioniert's	18
Besprechungen moderieren und leiten	20
Seminar für Auszubildende	21

Gesundheit 22

Gesund und fit – ich bin dabei	23
Ernährung, die zu mir passt. Arbeits- und Lebensenergie!	24
Herz-Schmerz, wann es zu spät ist!	25
Kein Stress mit dem Stress	26
(K)ein Kreuz mit dem Kreuz	27
Genussmittel und Alltagsdrogen	28
Burnout: Wenn die Seele durch den Körper spricht	29
Gesund (er)leben	30

Weitere Veranstaltungen 32

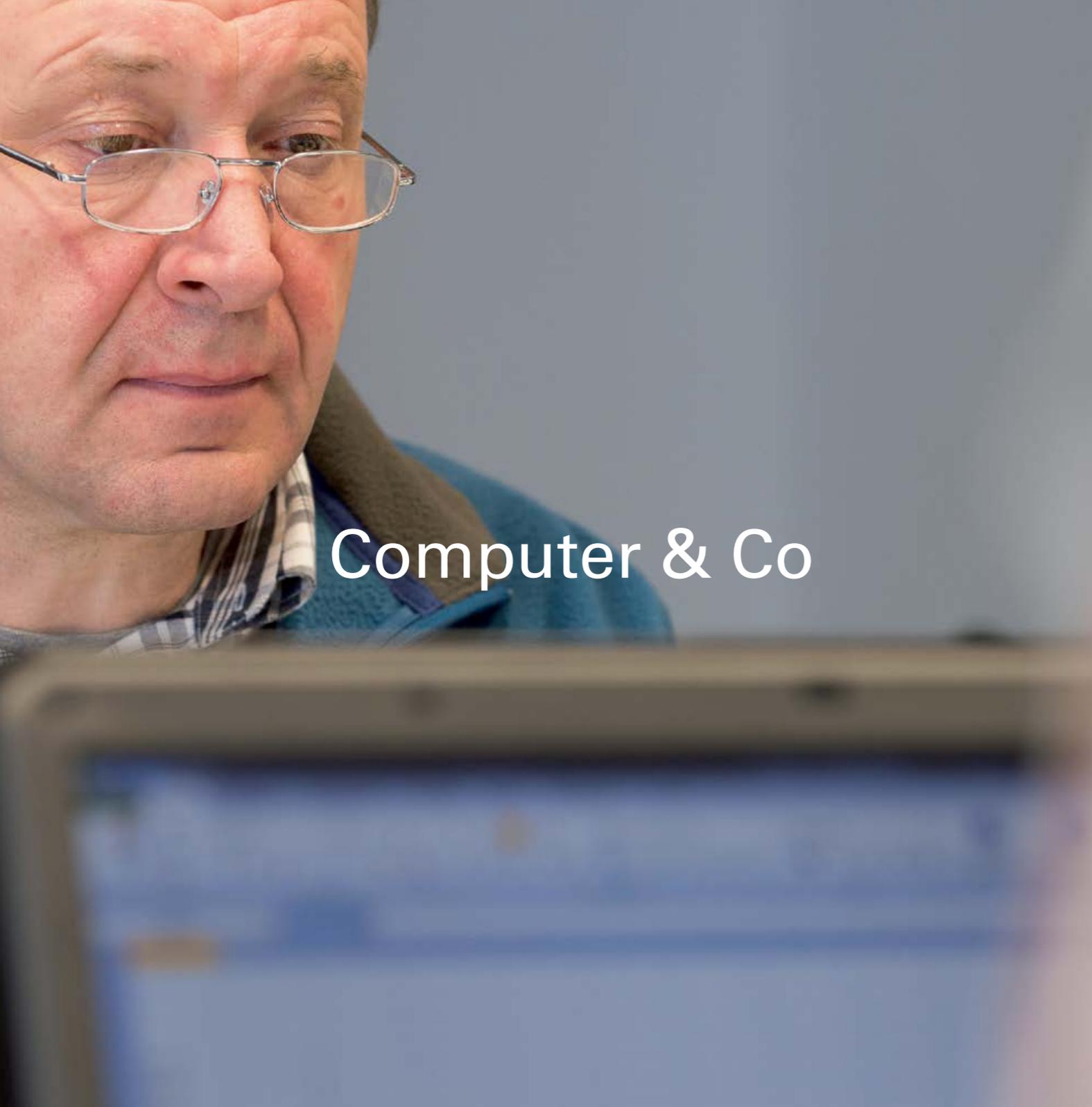
Seminar für Betriebsratsmitglieder in besonderen Funktionen	33
Seminar für die Arbeitnehmervertretung	34
IG Metall Geschäftsstellen Aalen & München	35
Die guten Zeiten sind vorbei: Europa - wie lange noch?	36
Fitness – wohlfühlen und gesundbleiben	36
Natur Pur	37
Kreativseminar	37

Familienurlaube 38

Familienurlaube	39
Familienurlaube Anmeldung	40
Familienurlaube Senioren	41

Allgemeine Hinweise 42

Grundlagen	43
Grundlagen & Familienvergünstigung	44
Anmelden & Freistellungsmöglichkeiten	45
Anmelden zum Seminar	46
Formular zur Freistellung	48
Kritische Akademie Service und Anreisemöglichkeit	50
Kritische Akademie Freizeitmöglichkeiten	51
Bewerbung Familienurlaub	52
Preisvorteil bei der Bahn	54



Computer & Co

Computerwissen und Tabellenkalkulation

Excel kompakt für Beruf und Alltag

Excel ist ein umfangreiches Tabellenkalkulationsprogramm. Mit dem Seminar erhalten die Teilnehmer/-innen einen Überblick über dessen Möglichkeiten. Sie können am Ende des Seminars eigenständig mit Excel arbeiten. Die wichtigsten Funktionen in Excel werden in Tabellen, Berechnungen und Auswertungen erlernt. Darüber hinaus eignen sich die Teilnehmer/-innen auch Orientierungs- bzw. Hintergrundwissen zu den berechneten und aufbereiteten Daten an.

- » Einführung Excel
 - Tabellenblätter organisieren
 - Tabellenaufbau und Gestaltung
 - Formeln und Funktionen
 - Diagramme erstellen
 - Der Umgang mit großen Tabellen
- » Excel in der Praxis
 - Zeiterfassung
 - Formulare
 - Wirtschaftsbuch
 - Finanzierungsplan
 - Vermögensaufstellung
 - Orientierungswissen im Bereich Finanzen und der Manipulation mit Statistik

Vorkenntnisse

Windows Grundlagen sind erforderlich. Die Teilnehmer/-innen benötigen für die Online-Phase einen Computer (muss nicht der eigene sein) mit Excel, Internet Explorer (oder vergleichbar) und Internetzugang.

Online-Lernen

Dem Seminar schließt sich ein "Lernen mit dem Internet" an. Diese Online-Phase dauert 6 Wochen und wird von dem Seminarleiter betreut. Vorkenntnisse bedarf es dazu nicht. Die Teilnehmer/-innen sollten ein Zeitpensum von 2 Stunden pro Woche einrechnen (für das Online-Lernen und das Üben). Für das Online-Lernen erfolgt keine gesonderte Freistellung.

Termine

17.04. - 21.04.2017 *

Seminar-Nr.: CCo_03_17-01

04.02. - 09.02.2018

Seminar-Nr.: CCo_03_18-01

* Mit Kinderbetreuung

Ort/Unterbringung

Kritische Akademie und/oder
Hotel in der Umgebung

Kosten

Werden auf Grundlage des
jeweiligen Tarifvertrages
der IG Metall von der
Stiftung getragen

Unterkunft/Verpflegung
Kinder: siehe Seite 44

Termine

03.09. - 08.09.2017

Seminar-Nr.: CCo_10_17-01

25.03. - 30.03.2018 *

Seminar-Nr.: CCo_10_18-01

* Mit Kinderbetreuung

Ort/Unterbringung

Kritische Akademie und/oder
Hotel in der Umgebung

Kosten

Werden auf Grundlage des
jeweiligen Tarifvertrages
der IG Metall von der
Stiftung getragen

Computerwissen für Excel-Profis

Vertiefung

Sie haben schon Erfahrungen in Excel und wollen Ihr Wissen vertiefen? Dann zeigt Ihnen dieses Seminar, wie Sie Excel optimiert und mit Vereinfachungen nutzen können. Es bietet einen Einstieg in das Arbeiten mit Makros. Im Bereich der Berechnungen und Funktionen vertieft das Seminar das Wissen der Teilnehmer/-innen. Im Seminar lernen die Teilnehmer/-innen, wie Dateien und Tabellen aufeinander bezogen werden und wie die Daten aufbereitet werden.

- » Dokumentenvorlagen mit Excel
- » Formatierungen für Fortgeschrittene
 - Bedingte Formatierungen
 - Gültigkeitsprüfungen
- » Komplexe Berechnungen unter Excel
- » Dateien und Tabellen im Zusammenspiel
- » Datenaufbereitung
 - Gruppierung und Gliederung
 - Pivot-Tabelle
- » Einfache Makros mit dem Makro-Rekorder

Vorkenntnisse

Windows-Grundlagen sind erforderlich. Die Teilnehmer/-innen benötigen für die Online-Phase einen Computer (muss nicht der eigene sein) mit Excel, Internet Explorer (oder vergleichbar) und Internetzugang.

Online-Lernen

Dem Seminar schließt sich ein "Lernen mit dem Internet" an. Diese Online-Phase dauert 6 Wochen und wird von dem Seminarleiter betreut. Vorkenntnisse bedarf es dazu nicht. Die Teilnehmer/-innen sollten ein Zeitpensum von 2 Stunden pro Woche einrechnen (für das Online-Lernen und das Üben). Für das Online-Lernen erfolgt keine gesonderte Freistellung.

Digitale Foto- und Videobearbeitung

Grundlagen

Technische Entwicklungen und fallende Preise führen dazu, dass sich Foto und Video einer stets wachsenden Beliebtheit erfreuen. Dabei lassen sich bereits mit wenig Grundlagenwissen merklich bessere Ergebnisse erzielen. Das Seminar liefert dieses Wissen für Einsteiger. Es wird die gesamte Produktionskette beginnend mitameratechnik und Bildsprache über die Bearbeitung und Manipulation am Computer bis zu den Möglichkeiten der Veröffentlichung behandelt.

- » Digitale Fotografie
 - ameratechnik
 - Bildkomposition
 - Bildbearbeitung mit Paint.net (kostenloses Programm)
 - Veröffentlichungswege
- » Video digital
 - Konzeption: Die Planung eines Films
 - Produktion: Der Dreh
 - Postproduktion: Videobearbeitung mit Pinnacle Studio
- » Ablage und Präsentation der Ergebnisse
 - Präsentation mit Beamer
 - Brennen auf CD
- » Workshop: Das Umsetzen eines Themas mit Medien
- » Wie Bilder sprechen (Bildmanipulation und Wahrheit)
- » Einführung in das Online-Lernen

Vorkenntnisse

Windows-Grundlagen sind erforderlich. Die Teilnehmer/-innen benötigen für die Online-Phase einen Computer (muss nicht der eigene sein) mit Internet Explorer (oder vergleichbar) und Internetzugang.

Online-Lernen

Dem Seminar schließt sich ein "Lernen mit dem Internet" an. Diese Online-Phase dauert 6 Wochen und wird von dem Seminarleiter betreut. Vorkenntnisse bedarf es dazu nicht. Die Teilnehmer/-innen sollten ein Zeitpensum von 2 Stunden pro Woche einrechnen (für das Online-Lernen und das Üben). Für das Online-Lernen erfolgt keine gesonderte Freistellung.

Termin

17.12. - 22.12.2017

Seminar-Nr.: CCo_07_17-01

Ort/Unterbringung

Kritische Akademie und/oder
Hotel in der Umgebung

Kosten

Werden auf Grundlage des
jeweiligen Tarifvertrages
der IG Metall von der
Stiftung getragen

Termin

15.01. - 20.01.2017

Seminar-Nr.: CCo_06_17-01

Ort/Unterbringung

Kritische Akademie und/oder
Hotel in der Umgebung

Kosten

Werden auf Grundlage des
jeweiligen Tarifvertrages
der IG Metall von der
Stiftung getragen

Präsentieren mit Powerpoint

Grundlagen

Mit Hilfe einer Powerpoint-Präsentation kann ein Vortrag mehr und besser Informationen transportieren. Das Seminar hilft dabei: Es führt in die Arbeit mit Powerpoint ein, so dass die Teilnehmer/-innen selbstständig Präsentationen erstellen können. Die Technik alleine hilft aber nicht. Die Informationen müssen strukturiert, aufbereitet und adäquat präsentiert werden. Im Seminar wird die Technik auf die Praxis und Theorie der Kommunikation bezogen.

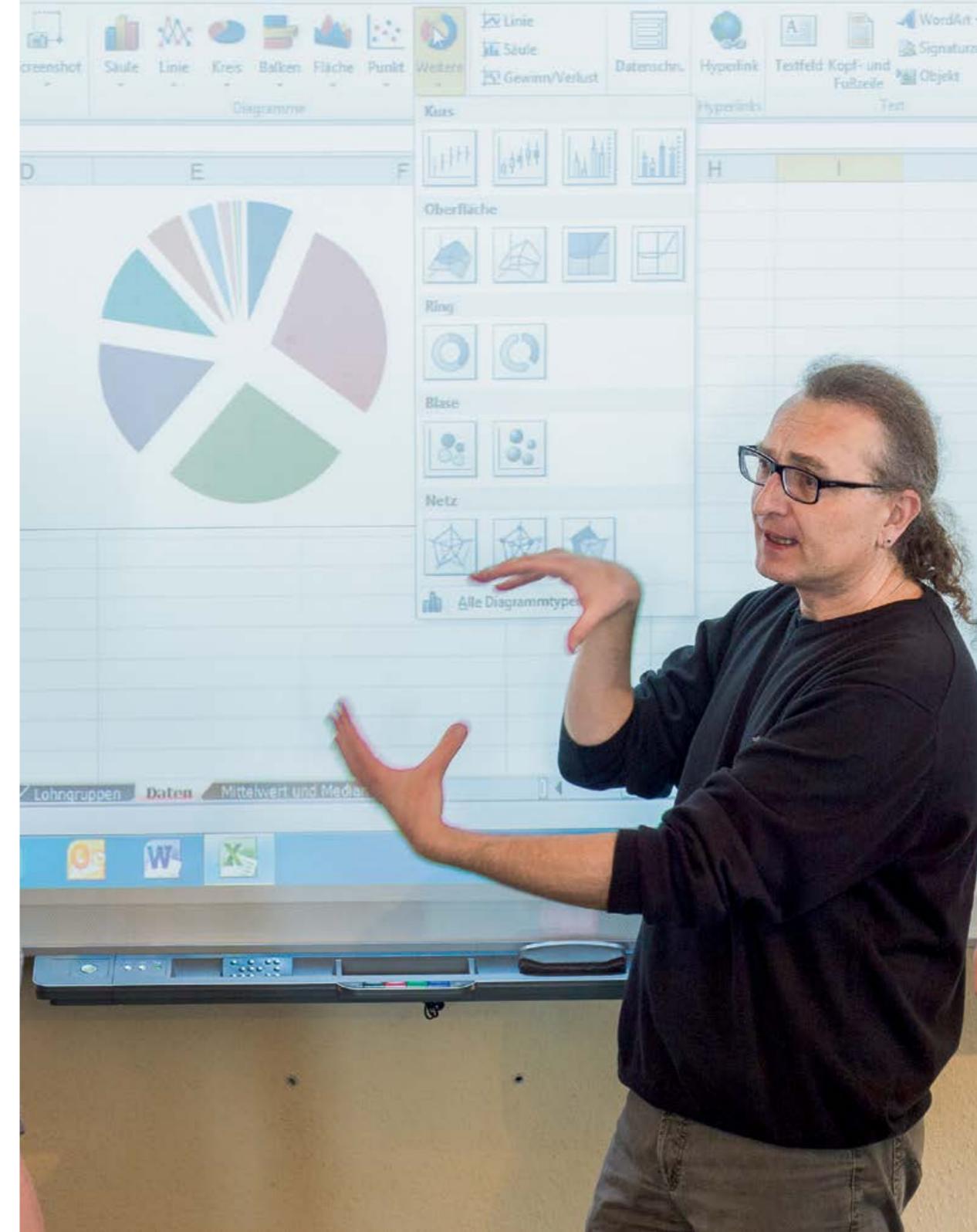
- » Kurzeinführung in die technischen Möglichkeiten der Darstellung von Informationen mit dem Programm Powerpoint
- » Grundlagen der Foliengestaltung
 - Integration von Grafik
 - Animationen
- » Einfache Bild- und Grafikbearbeitung für Powerpoint
- » Foliensortierung und -übergänge
- » Erstellen des eigenen Manuskripts und der Handouts für Zuhörer
- » Einführung in die Präsentationstechnik (Beamer, Notebook)
- » Die Präsentation mit Beamer
- » Reflexion des eigenen Präsentationsstils

Vorkenntnisse

Windows Grundlagen sind erforderlich. Die Teilnehmer/-innen benötigen für die Online-Phase einen Computer (mus nicht der eigene sein) mit Powerpoint, Internet Explorer (oder vergleichbar) und Internetzugang.

Online-Lernen

Dem Seminar schließt sich ein "Lernen mit dem Internet" an. Diese Online-Phase dauert 6 Wochen und wird von dem Seminarleiter betreut. Vorkenntnisse bedarf es dazu nicht. Die Teilnehmer/-innen sollten ein Zeitpensum von 2 Stunden pro Woche einrechnen (für das Online-Lernen und das Üben). Für das Online-Lernen erfolgt keine gesonderte Freistellung.





Fachbezogene Bildung

Rhetorik I

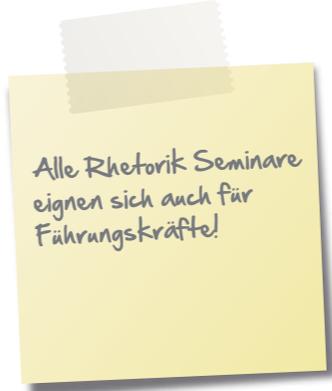
Überzeugend reden und selbstsicher auftreten

Sie wollen sich sicher fühlen beim „freien Reden“? Sie brauchen noch ein paar Tipps und Tricks, um mit Ihrem Vortrag und/oder Ihrem Gesprächsverhalten wirklich zufrieden zu sein? Im Rhetorik-Intensivseminar schauen wir uns Ihren individuellen Vortragsstil an. Dabei haben Sie die Möglichkeit, sich Ihre Stärken wie auch Ihre Potentiale bewusst zu machen. Ihre Körpersprache, Kommunikationsfähigkeit und sprachlicher Ausdruck stehen hierbei im Mittelpunkt. Besonderer Wert wird auf das Sprechen vor Publikum gelegt. Neben Gruppenarbeiten und Referentenbeiträgen sind praktische Übungen, Rollenspiele mit Video und Coachingeinheiten wichtige Methoden des Seminars. Sie können Ihre Präsenz überprüfen und verbessern, erhalten Rückmeldungen und Tipps gegen das Lampenfieber.

- » Wozu dieser Vortrag? Ziele formulieren, die Einladung zum Dialog
- » Die Rede halten
- » Verständliche Sprache
- » Erfolgreich argumentieren
- » Die Rede aufbauen
- » Für wen ist die Rede?
- » Wohin mit Angst und Lampenfieber? Atem- und Entspannungsbungen

Vorkenntnisse

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.



Alle Rhetorik Seminare eignen sich auch für Führungskräfte!

Termine

08.01. - 13.01.2017

Seminar Nr.: BSo_03_17-01

26.02. - 03.03.2017 *

Seminar Nr.: BSo_03_17-02

09.04. - 14.04.2017 *

Seminar Nr.: BSo_03_17-03

21.05. - 26.05.2017

Seminar Nr.: BSo_03_17-04

18.06. - 23.06.2017

Seminar Nr.: BSo_03_17-05

23.07. - 28.07.2017

Seminar Nr.: BSo_03_17-06

20.08. - 25.08.2017 *

Seminar Nr.: BSo_03_17-07

08.10. - 13.10.2017

Seminar Nr.: BSo_03_17-08

05.11. - 10.11.2017

Seminar Nr.: BSo_03_17-09

14.01. - 19.01.2018

Seminar Nr.: BSo_03_18-01

* Mit Kinderbetreuung

Ort/Unterbringung

Kritische Akademie und/oder
Hotel in der Umgebung

Kosten

Werden auf Grundlage des
jeweiligen Tarifvertrages
der IG Metall von der
Stiftung getragen

Unterkunft/Verpflegung
Kinder: siehe Seite 44

Termine

01.01. - 06.01.2017

Seminar-Nr.: BSo_02_17-01

17.04. - 21.04.2017 *

Seminar-Nr.: BSo_02_17-02

06.08. - 11.08.2017 *

Seminar-Nr.: BSo_02_17-03

12.11. - 17.11.2017

Seminar-Nr.: BSo_02_17-04

28.01. - 02.02.2018

Seminar-Nr.: BSo_02_18-01

* Mit Kinderbetreuung

Ort/Unterbringung

Kritische Akademie und/oder
Hotel in der Umgebung

Kosten

Werden auf der Grundlage
des jeweiligen Tarifvertrages
der IG Metall von der Stiftung
getragen

Unterkunft/Verpflegung
Kinder: siehe Seite 44

Rhetorik II

Zielgerichtet Gespräche führen

Im Berufsalltag als auch im privaten Umfeld stehen Sie immer wieder vor der Herausforderung Gespräche zielgerichtet zu führen. Sie wollen die Sorgen, Ideen und Positionen Ihrer Gesprächspartner verstehen. Andererseits auch konsequent und durchsetzungsstark sein.

Im Seminar finden Sie die nötige Balance zwischen Einfühlungsvermögen, nachhaltiger Überzeugung und Durchsetzungsfähigkeit.

- » Was ist Kommunikation?
- » Unterstützende Moderationstechniken
- » Wirksame Gesprächstechniken
- » Wer sind die Gesprächspartner?
- » Ablauf eines Gesprächs
- » Gute Gespräche: gute Ideen

Vorkenntnisse

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Idealerweise haben Sie als Einstieg bereits ein Rhetorik- oder Präsentationsseminar besucht. Dieses Seminar ist auch geeignet für Führungskräfte.

Rhetorik III

Konfliktmanagement: Konflikte erkennen, lösen, nutzen

Konflikte sind „natürliche“ Bestandteile im zwischenmenschlichen Bereich. Im privaten sowie auch im beruflichen Kontext sind sie vorhanden; manchmal unterschwellig, manchmal offen. Konflikte sind wichtige Wegbereiter für notwendige Veränderungen. Konflikte, die verdeckt oder ignoriert werden, sind häufig die Quelle für Unzufriedenheit, verminderte Arbeitsleistung, „innere Kündigung“ oder sogar den Abbruch des Kontaktes zum anderen. Um Eskalationen vorzubeugen gilt: Je früher Sie in die Bearbeitung einsteigen können, desto weniger Hindernisse sind für Sie als Beteiligte/-r oder als Konfliktvermittler/-in zu überwinden. In der praxisorientierten Veranstaltung stehen drei Arbeitsebenen im Mittelpunkt:

1. Wie agiere ich als Konfliktbeteiligte/-r?
2. Wie gehe ich als Konfliktvermittler/-in vor?
3. Worauf achte ich in der Konfliktvermittlung?

- » Ursachen von Konflikten im privaten Umfeld / im Unternehmen und somit am Arbeitsplatz
- » Eskalationsmodelle und Regelkreise von Konflikten
- » Persönliches Konfliktverhalten im privaten und im beruflichen Umfeld
- » Diagnostische Verfahren
- » Konfliktmuster und Regelkreise unterbrechen
- » Konfliktberatungsgespräche qualifiziert vorbereiten und durchführen
- » Verfahrensklärung und Ablaufszenarien in der Konfliktvermittlung
- » Grenzen der Konfliktklärung

Vorkenntnisse

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Idealerweise haben Sie als Einstieg bereits ein Rhetorik- oder Präsentationsseminar besucht. Dieses Seminar ist auch geeignet für Führungskräfte.

Termine

12.03. - 17.03.2017

Seminar-Nr.: BSo_01_17-01

30.07. - 04.08.2017 *

Seminar-Nr.: BSo_01_17-02

04.03. - 09.03.2018

Seminar-Nr.: BSo_01_18-01

* Mit Kinderbetreuung

Ort/Unterbringung

Kritische Akademie und/oder
Hotel in der Umgebung

Kosten

Werden auf der Grundlage
des jeweiligen Tarifvertrages
der IG Metall von der Stiftung
getragen

Unterkunft/Verpflegung
Kinder: siehe Seite 44

Termine

21.05. - 26.05.2017

Seminar-Nr.: BSo_04_17-01

19.11. - 24.11.2017

Seminar-Nr.: BSo_04_17-02

Ort/Unterbringung

Kritische Akademie und/oder
Hotel in der Umgebung

Kosten

Werden auf der Grundlage
des jeweiligen Tarifvertrages
der IG Metall von der Stiftung
getragen

Rhetorik IV

Verhandlungen erfolgreich führen - mit Argumenten überzeugen

Nach der Verhandlung fallen Ihnen gute Argumente ein, vielleicht kennen Sie das? Sie wollen in Zukunft auf Augenhöhe mit Ihrem Gesprächspartner sein. Sie sind gut vorbereitet und verhandeln kraftvoll mit Ihrem Gegenüber. Sie lernen im Seminar verschiedene Verhandlungsstrategien kennen und anwenden.

Falls Sie nicht alleine auftreten, sondern im Team, lernen Sie sich abzustimmen und die Rollen zu klären. Die Strategie Ihres Gesprächspartners einzuschätzen lohnt sich und auch die Phasen einer Verhandlung vorzubereiten.

- » Erfolgreich verhandeln – aber wie?
- » Wie verlaufen Verhandlungen?
- » Die Kraft des Arguments
- » Schwierige Situationen und Fallen
- » Wie sieht eine Verhandlung aus?

Vorkenntnisse

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Idealerweise haben Sie als Einstieg bereits ein Rhetorik- oder Präsentationsseminar besucht.

Damit das Miteinander der Kulturen im Betrieb gelingt

Interkulturelle Kompetenz am Arbeitsplatz

Interkulturelle Kompetenz ist gerade in den Betrieben der Textilen Branchen eine Schlüsselkompetenz, wenn es darum geht, mit Unternehmenskollegen oder Geschäftspartnern im Ausland reibungsarm zusammen zu arbeiten. Zunehmend wird auch in den Betrieben interkulturelle Kompetenz notwendig, wenn es um die Zusammenarbeit ohne Missverständnisse und Konflikte am Standort geht. „Diversity“ ist der zentrale Begriff, wenn es um den Umgang mit der Vielfalt geht. Das Seminar zeigt, wie das Unternehmen und auch jeder einzelne von der Vielfalt profitieren kann. Ganz praktisch erleben die Teilnehmer/-innen wie „Diversity“ gestaltet und gelebt werden kann. Jeder einzelne ist gefordert.

- » Diversity – Praktisch erklärt und erlebt
- » Wo lauern konkret die Unterschiede und Konflikte im kulturellen Miteinander
- » Kommunikationsfähigkeiten in interkulturellen Begegnungssituationen: Wie auf „den anderen“ zugehen? Haltung und Kommunikation mit praktischen Übungen
- » Grenzen der Toleranz
- » Interkulturelle Kompetenz – interkulturelles Mobbing?
- » Wie Einschreiten bei Konflikten mit interkulturellem Hintergrund

Vorkenntnisse

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Dieses Seminar ist auch geeignet für Führungskräfte.

Termin

29.10. - 03.11.2017 *

Seminar-Nr.: BSo_32_17-01

* Mit Kinderbetreuung

Ort/Unterbringung

Kritische Akademie und/oder
Hotel in der Umgebung

Kosten

Werden auf der Grundlage
des jeweiligen Tarifvertrages
der IG Metall von der Stiftung
getragen

Unterkunft/Verpflegung
Kinder: siehe Seite 44

Weitere fachbezogene Seminare

Technische Fachseminare

Wir fördern auch technische Fachseminare wie z.B.

- » Pneumatik Grundlagen, Hydraulik Grundlagen
- » Metall-Aktivschweißen (MAG), Lichtbogenschweißen (E), Wolfram Inertgasschweißen (WIG)
- » Speicherprogrammierbare Steuerungen (SPS)
- » CAD

Dabei arbeiten wir mit folgenden Kooperationspartnern zusammen:

- » Akademie Klausenhof, Hamminkeln – www.akademie-klausenhof.de/bildungsangebote/gesamtangebot
- » Technische Akademie Ahaus – www.bbs-ahaus.de
- » bfw Unna – unna@bfw.de

Textile Fachseminare

Bei unseren textilen Fachseminaren arbeiten wir mit der Gatex (Bad Säckingen) zusammen. Seminare, wie das Seminar „textiles Grundwissen“ sind hier zu finden: www.gatex.de

So funktioniert's

Sie können sich bei dem jeweiligen Bildungsträger über das Seminarangebot informieren. Falls Sie den passenden Kurs gefunden und Interesse an der Teilnahme haben, wenden Sie sich bitte zur Anmeldung an die Kritische Akademie. Wir werden für Sie das Seminar (nach Verfügbarkeit) und das Hotel buchen. Die Kosten werden im Rahmen der Richtlinien getragen.



Corinna
Zeidler

Ihre Ansprechpartnerin

Corinna Zeidler
Tel.: 08665 980-201
zeidler@kritische-akademie.de



Termine

15.01. - 20.01.2017

Seminar-Nr.: BSo_12_17-01

19.11. - 24.11.2017

Seminar-Nr.: BSo_12_17-02

Ort/Unterbringung

Kritische Akademie und/oder
Hotel in der Umgebung

Kosten

Werden auf der Grundlage
des jeweiligen Tarifvertrages
der IG Metall von der Stiftung
getragen

Termin

09.04. - 14.04.2017 *

Seminar-Nr.: BSo_06_17-01

* Mit Kinderbetreuung

Ort/Unterbringung

Kritische Akademie und/oder
Hotel in der Umgebung

Kosten

Werden auf der Grundlage
des jeweiligen Tarifvertrages
der IG Metall von der Stiftung
getragen

Unterbringung

Kritische Akademie und/oder
Hotel in der Umgebung

Projektmanagement

Methodisches Handwerkszeug für den Beruf

„Alle wollten nur das Beste – und trotzdem ist die Sache gründlich schief gegangen! Alle waren super motiviert und haben sich richtig reingehängt – und rausgekommen ist fast Nichts!“ Denken Sie das auch manchmal und ärgern sich? Und suchen nach Mitteln und Wegen, Aufgaben und Probleme vernünftiger und effizienter zu lösen? Bei der Arbeit oder auch zu Hause? Dann lohnt es sich, Grundlagen des Projektmanagements zu lernen und zu üben!

Am Ende des 5-tägigen Seminars kennen Sie die Grundlagen des Projektmanagements und die notwendigen Werkzeuge und haben ein Gespür für die Stolpersteine in der täglichen Praxis. In einem kleinen Projekt haben Sie gelernt, wie Projektmanagement funktioniert und Sie wissen jetzt, wie Ihnen gelebtes Projektmanagement im beruflichen und privaten Umfeld helfen kann!

Besprechungen moderieren und leiten

Moderation, Gruppenprozesse, Entscheidungsfindung, Nachbereitung

Dieses Seminar ist für alle, die Besprechungen, Workshops und Meetings zielgerichtet und effektiv moderieren und durch ihr Engagement neue Akzente in den „Meeting- Alltag“ setzen wollen. Unterstützen Sie als Moderator die Gruppe bei Ihrer kreativen Ideenfindung. Wählen Sie selbstständig aktuelle Methoden und Techniken aus, um Arbeitsergebnisse zu strukturieren, visualisieren und zusammenzufassen und auf diese Weise die Gruppe bei Ihren Entscheidungsprozessen fair und transparent zu begleiten. Damit steigern Sie sowohl die Akzeptanz von Ergebnissen wie auch deren Qualität. Finden Sie sich in diesem Training in die Rolle des Moderators ein, als Spezialist für die Methodik und Prozesssteuerung.

Seminar für Auszubildende

Schlüsselkompetenzen und Orientierung für den Beruf

Die Ausbildung dient dazu, dass sich Auszubildende grundlegende Qualifikationen für ihren Beruf aneignen. Dazu gehören auch Schlüsselqualifikationen wie z.B.: Selbständiges organisieren, sich selbständig ein Thema erarbeiten, Präsentieren vor der Gruppe, Arbeiten im Team, Kritikfähigkeit. Im Seminar werden berufsfeldübergreifende Ausbildungsinhalte aus den jeweiligen Ausbildungsrahmenplänen vermittelt. Außerdem wird auch auf Themen, wie kollegialer Umgang und betriebliche Beteiligung eingegangen.

- » Themen aus der Arbeitswelt (Berufsfeldübergreifende Ausbildungsinhalte, wie: Rechte und Pflichten aus dem Arbeitsvertrag, Organisation des Ausbildungsbetriebs, Arbeits- und Unfallverhütungsvorschriften, betrieblicher Umweltschutz, Berufsbildung, Arbeits- und Tarifrecht)
- » Projektarbeit
 - Selbständiges Erarbeiten eines Themas im Team
 - Entscheidungsfindung und Arbeit im Team
- » Präsentieren vor der Gruppe
 - Selbstbewusst vor der Gruppe auftreten
 - Präsentationstechniken
- » Teamarbeit
 - Praktische Übungen zum Thema
 - Rahmenbedingungen, Notwendigkeit und Reflexion über Teamarbeit
- » Lernen lernen
 - Lerntechniken zur Vorbereitung auf Prüfungen und für die Ausbildung
 - Konzentrationstechniken
- » Dinge auf den Punkt gebracht (Theorie: Grundsätze der Kommunikation; Beispiele aus der Praxis)

Vorkenntnisse

Vorkenntnisse sind bei dem Seminar nicht erforderlich, da es an der Lebensrealität der Auszubildenden ausgerichtet ist und an konkrete Beispiele anknüpft.

Termin

17.04. - 21.04.2017

Seminar-Nr.: BFA_33_17-01

Jugendbildungszentrum

Schliersee

Unterbringung

Jugendbildungszentrum

Schliersee

Kosten

Werden auf Grundlage des
jeweiligen Tarifvertrages
der IG Metall von der
Stiftung getragen.

Ausschließlich für
BiT Textil Service



Gesundheit

Gesund und fit – ich bin dabei

Orientierung

Gesundheit beschreibt man als Einklang von Körper, Geist und Seele. Gesund zu sein wird meist als Selbstverständlichkeit oder gleichsam als Norm vorausgesetzt. In den Gesundheitsseminaren lernen die Teilnehmer/-innen unter anderem, Belastungen des täglichen Arbeitsalltags besser zu verkraften. Bedarfsgerechte Ernährung, vernünftiger Umgang mit Stress, Bewegung als Ausgleich, sind Bestandteile des Seminars. Hier steigern die Teilnehmer/-innen ihre persönliche Lebensqualität in praktischen Übungen sowie vor einem theoretischen Hintergrund. Sie fördern durch den bewussten Umgang mit ihrem Körper ihre gesundheitlichen Ressourcen. Die Teilnehmer/-innen lernen kennen, probieren aus und fühlen, wie gut ein bewusster Umgang mit der eigenen Gesundheit tut.

- » Theoretische Einheiten
 - Gesundheit ist mehr als Abwesenheit von Krankheit
 - Besser essen – gesünder leben
 - Stress: Ursachen, Folgen, Bewältigung
 - Psyche und Selbstheilungskräfte
 - Bewegen für einen gesunden Bewegungsapparat
- » Medizinische Anwendungen: Massage und/oder Moorpackung und/oder Wassertreten nach Kneipp
- » Terraintraining/Bewegung/sonstige
 - Wanderung
 - Nordic-Walking oder Aquafitness oder Flexi Bar
 - Entspannungsübungen:
 - Pilates oder Tai-Chi oder Qi Gong oder progressive Muskelrelaxation
 - oder Yoga oder autogenes Training
 - **Fakultativ** Schwimmen, Sauna, Radfahren

Hinweis

Viele Krankenkassen bieten ein Bonusprogramm oder eine Vergütung für dieses Seminar an. Das Seminar richtet sich an Teilnehmer/-innen, die gesundheitlich alle praktischen Übungen mitmachen können.

Termine

01.01. - 06.01.2017
Seminar-Nr.: GeS_01_17-01

26.02. - 03.03.2017 *
Seminar-Nr.: GeS_01_17-02

09.04. - 14.04.2017 *
Seminar-Nr.: GeS_01_17-03

21.05. - 26.05.2017
Seminar-Nr.: GeS_01_17-04

30.07. - 04.08.2017 *
Seminar-Nr.: GeS_01_17-05

10.09. - 15.09.2017
Seminar-Nr.: GeS_01_17-06

01.10. - 06.10.2017
Seminar-Nr.: GeS_01_17-07

19.11. - 24.11.2017
Seminar-Nr.: GeS_01_17-08

17.12. - 22.12.2017
Seminar-Nr.: GeS_01_17-09

01.01. - 06.01.2018
Seminar-Nr.: GeS_01_18-01

25.03. - 30.03.2018 *
Seminar-Nr.: GeS_01_18-02

* Mit Kinderbetreuung

Ort/Unterbringung

Kritische Akademie und/oder
Hotel in der Umgebung

Kosten

Werden auf Grundlage des
jeweiligen Tarifvertrages
der IG Metall von der
Stiftung getragen

Unterkunft/Verpflegung
Kinder: siehe Seite 44

Ernährung, die zu mir passt. Arbeits- und Lebensenergie!

Vertiefung

Fastfood, Diätwahn, Übergewicht aber auch Magersucht sind Worte, die uns immer wieder begegnen. Der Umgang mit Essen, Trinken und Verdauung unterliegt der täglichen Gewohnheit. Nicht selten haben sich über Jahre hinweg ungünstige Ernährungsgewohnheiten eingeschlichen, die dazu führen, dass wir immer wieder an den gleichen Dingen Geschmack finden und uns nicht gesund und ausgewogen ernähren. Durch eine gesunde und ausgewogene Ernährung lassen sich Übergewicht, Fehl-, Mangel- und Überernährung positiv beeinflussen. Hierzu ist es jedoch notwendig, das eigene Ernährungsverhalten zu reflektieren, um dieses zielgerichtet und schrittweise zu verändern. Darüber hinaus geht es um weitere präventive Ansätze, um gesundheitsfördernde Ressourcen zu aktivieren, die dazu führen, sich in der eigenen Haut wohler zu fühlen.

- » Theoretische Einheiten
 - Basiswissen Ernährung
 - Ernährungsgewohnheiten, Fastfood und Diäten
 - Prävention – mehr als gesunde Ernährung
 - Veränderung der Ernährungsgewohnheiten
- » Medizinische Anwendungen: Massage und/oder Moorpackung und/oder Wassertreten nach Kneipp
- » Terraintraining/Bewegung/sonstige
 - Kochkurs
 - Wandern
 - Nordic-Walking oder Aquafitness oder Flexi Bar
 - Entspannungsübungen: Pilates oder Yoga
 - **Fakultativ** Schwimmen, Sauna, Radfahren

Hinweis

Viele Krankenkassen bieten ein Bonusprogramm oder eine Vergütung für dieses Seminar an. Das Seminar richtet sich an Teilnehmer/-innen, die gesundheitlich alle praktischen Übungen mitmachen können.

Termine

17.04. - 22.04.2017 *

Seminar-Nr.: GeS_02_17-01

22.10. - 27.10.2017

Seminar-Nr.: GeS_02_17-02

11.02. - 16.02.2018 *

Seminar-Nr.: GeS_02_18-01

* Mit Kinderbetreuung

Ort/Unterbringung

Kritische Akademie und/oder Hotel in der Umgebung

Kosten

Werden auf Grundlage des jeweiligen Tarifvertrages der IG Metall von der Stiftung getragen

Unterkunft/Verpflegung
Kinder: siehe Seite 44

Vorkenntnisse

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Der Besuch des Orientierungsseminars wird empfohlen.

Herz-Schmerz, wann es zu spät ist!

Vertiefung

Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind in Deutschland Todesursache Nummer eins. Wie das persönliche Risiko, an einer Herz-Kreislauf-Erkrankung zu erkranken, minimiert werden kann, ist neben der Wissensvermittlung zum Thema Herz-Kreislauf übergeordnetes Ziel des Seminars. In der Gesundheitswoche lernen die TeilnehmerInnen unter anderem grundlegende, anatomisch-physiologische Kenntnisse des menschlichen Herz-Kreislauf-Systems kennen. Neben dem anatomisch-physiologischen Basiswissen wird die Diagnostik und Therapie von Herz-Kreislauf-Krankheiten besprochen und auf die Bedeutung und Möglichkeiten der Prävention eingegangen. Es gibt zahlreiche Möglichkeiten, präventiv tätig zu werden und die individuelle Herzgesundheit zu unterstützen. Im Sinne eines ganzheitlichen Präventionsansatzes wird die aktive Lebensgestaltung angesprochen und die Schwerpunkte auf die Themen Stressbewältigung / Entspannung, Ernährung und Bewegung gelegt. Ziel des Seminars ist, die persönlichen gesundheitlichen Ressourcen zu identifizieren und präventiv tätig zu werden.

- » Theoretische Einheiten
 - Basiswissen Herz-Kreislauf-System
 - Ursachen und Therapie von Herz- und Kreislauferkrankungen
 - Bewegung als Grundvoraussetzung gesunden Lebens
 - Aktive Lebensgestaltung – individuelle Stressbewältigung/ Selbsttest / Selbstreflexion – Bin ich gefährdet?
 - Prävention – aktive Lebensgestaltung
- » Medizinische Anwendungen: Massage und/oder Moorpackung und/oder Wassertreten nach Kneipp
- » Terraintraining/Bewegung/sonstige
 - Wandern, Nordic-Walking oder Aquafitness oder Flexi Bar
 - Entspannungsübungen: Autogenes Training oder Tai-Chi oder QiGong
 - **Fakultativ** Schwimmen, Sauna, Radfahren

Termine

05.06. - 10.06.2017 *

Seminar-Nr.: GeS_03_17-01

26.11. - 01.12.2017

Seminar-Nr.: GeS_03_17-02

02.04. - 07.04.2018

Seminar-Nr.: GeS_03_18-01

* Mit Kinderbetreuung

Ort/Unterbringung

Kritische Akademie und/oder Hotel in der Umgebung

Kosten

Werden auf Grundlage des jeweiligen Tarifvertrages der IG Metall von der Stiftung getragen

Unterkunft/Verpflegung
Kinder: siehe Seite 44

Vorkenntnisse

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Der Besuch des Orientierungsseminars wird empfohlen.

Hinweis

Viele Krankenkassen bieten ein Bonusprogramm oder eine Vergütung für dieses Seminar. Das Seminar richtet sich an Teilnehmer/-innen, die gesundheitlich alle praktischen Übungen mitmachen können.

Termine

19.02. - 24.02.2017

Seminar-Nr.: GeS_04_17-01

13.08. - 19.08.2017 *

Seminar-Nr.: GeS_04_17-02

04.03. - 09.03.2018

Seminar-Nr.: GeS_04_18-01

* Mit Kinderbetreuung

Ort/Unterbringung

Kritische Akademie und/oder Hotel in der Umgebung

Kosten

Werden auf Grundlage des jeweiligen Tarifvertrages der IG Metall von der Stiftung getragen

Unterkunft/Verpflegung Kinder: siehe Seite 44

Vorkenntnisse

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.
Der Besuch des Orientierungsseminars wird empfohlen.

Kein Stress mit dem Stress

Vertiefung

Das kleine Wörtchen Stress ist aus unserem Alltag nicht mehr wegzudenken. Ständig haben wir es im Mund, ständig hören wir es. Es kommt aus dem Englischen und heißt soviel wie Anspannung, Druck, Belastung. Aber wir machen uns keine Gedanken darüber, was eigentlich Stress ist, was uns stresst und was wir dagegen tun können. Stress ist eine unspezifische Reaktion des Körpers auf jede Anforderung, die an ihn gestellt wird. Die Seminarteilnehmer/-innen lernen in dem Gesundheitsseminar die Ursachen von Stress und seine Auswirkungen kennen sowie Tipps und Anregungen für gesunde Methoden der Stressbewältigung.

- » Theoretische Einheiten
 - Stress – kenn ich (nicht)?
 - Du bist stressig!
 - Stress weg – Strategien für Ausgeglichenheit
 - Burnout – Ende des Stresses?
 - Gesunde Lebensführung als Voraussetzung für Leben ohne Stress
- » Medizinische Anwendungen: Massage und/oder Moorpackung und/oder Wassertreten nach Kneipp
- » Terraintraining/Bewegung/sonstige
 - Nordic-Walking oder Aquafitness oder Flexi Bar
 - Wandern
 - Entspannungsübungen:
 - Progressive Relaxation
 - **Fakultativ** Schwimmen, Sauna, Radfahren

Hinweis

Viele Krankenkassen bieten ein Bonusprogramm oder eine Vergütung für dieses Seminar an. Das Seminar richtet sich an Teilnehmer/-innen, die gesundheitlich alle praktischen Übungen mitmachen können.

(K)ein Kreuz mit dem Kreuz

Vertiefung

Nicht nur Bandscheibenschäden, Verspannungen oder Fehlhaltungen sind für viele Menschen tägliche Begleiterscheinungen. Auch andere Krankheiten können sich heraus kristallisieren, wenn die Wirbelsäule geschädigt ist. Teilweise kann durch gezielte Vorsorge die Muskulatur der Wirbelsäule gestärkt werden und sich positiv auf das Wohlbefinden des Körpers auswirken. In dem Gesundheitsseminar lernen die Teilnehmer/-innen unter anderem grundlegende, anatomische Kenntnisse des menschlichen Bewegungsapparates kennen. Rückenschonende Arbeitshaltungen werden ebenso eingeübt wie für die Wirbelsäule kräftigende Bewegungsarten. In dem Seminar steigern die Teilnehmer/-innen ihre persönliche Lebensqualität in praktischen Übungen sowie vor einem theoretischen Hintergrund. Sie fördern dadurch ihre gesundheitlichen Ressourcen.

- » Theoretische Einheiten
 - Wirbelsäule, wie funktioniert sie?
 - Mein Bewegungsapparat soll beweglich bleiben
 - Gesunder Rücken am Arbeitsplatz
 - Aktive, rückengesunde Lebensgestaltung, Tipps und Anregungen
- » Medizinische Anwendungen: Massage und/oder Moorpackung
- » Terraintraining/Bewegung/sonstige
 - Rückenschule
 - Nordic-Walking oder Aquafitness oder Flexi Bar
 - Geräte- oder funktionales oder Koordinationstraining
 - Entspannungsübungen:
 - Yoga oder Pilates
 - **Fakultativ** Schwimmen, Sauna, Radfahren

Hinweis

Viele Krankenkassen bieten ein Bonusprogramm oder eine Vergütung für dieses Seminar. Das Seminar richtet sich an Teilnehmer/-innen, die gesundheitlich alle praktischen Übungen mitmachen können.

Termine

16.07. - 21.07.2017

Seminar-Nr.: GeS_05_17-01

29.10. - 03.11.2017 *

Seminar-Nr.: GeS_05_17-02

11.03. - 16.03.2018

Seminar-Nr.: GeS_05_18-01

* Mit Kinderbetreuung

Ort/Unterbringung

Kritische Akademie und/oder Hotel in der Umgebung

Kosten

Werden auf Grundlage des jeweiligen Tarifvertrages der IG Metall von der Stiftung getragen

Unterkunft/Verpflegung Kinder: siehe Seite 44

Vorkenntnisse

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich

Der Besuch des Orientierungsseminars wird empfohlen

Termin

20.08. - 25.08.2017 *
Seminar-Nr.: GeS_06_17-01

* Mit Kinderbetreuung

Ort/Unterbringung

Kritische Akademie und/oder
Hotel in der Umgebung

Kosten

Werden auf Grundlage des
jeweiligen Tarifvertrages
der IG Metall von der
Stiftung getragen

Unterkunft/Verpflegung
Kinder: siehe Seite 44

Vorkenntnisse

Es sind keine Vorkenntnisse
erforderlich. Der Besuch des
Orientierungsseminars
wird empfohlen.

Genussmittel und Alltagsdrogen

Vertiefung

Der Konsum von Suchtmitteln greift immer mehr um sich. Die Angebotspalette und deren Vielfalt werden oft unterschätzt. Jede(r) meint, er kenne die Gefahr, weiß aber jede(r) der Gefahr auszuweichen? In dem Gesundheitsseminar lernen die Teilnehmer/-innen unter anderem die Auswirkungen der gängigen Suchtmittel auf die Gesundheit kennen. Sie werden kompetent über Wege zum suchtmittelfreien Alltag informiert. In dem Seminar steigern die Teilnehmer/-innen ihre persönliche Lebensqualität in praktischen Übungen sowie vor einem theoretischen Hintergrund. Sie fördern dadurch ihre gesundheitlichen Ressourcen. Die Teilnehmer/-innen lernen kennen, probieren aus und fühlen, wie ein bewusster Umgang mit der Gesundheit ihrer Lebensqualität gut tut.

- » Theoretische Einheiten
 - Genussmittel und andere Abhängigkeiten
 - Hilfe und Selbsthilfe bei Sucht
 - Sucht und Psyche
 - Sucht aus arbeitsrechtlicher Sicht
 - Ich helfe – Beratungsangebote vor Ort
- » Medizinische Anwendungen: Massage und/oder Moorpackung und/oder Wassertreten nach Kneipp
- » Terraintraining/Bewegung/sonstige
 - Wandern
 - Nordic-Walking oder Aquafitness oder Flexi Bar
 - Entspannungsübungen:
 - Autogenes Training oder Tai-Chi oder Qi Gong
 - **Fakultativ** Schwimmen, Sauna, Radfahren

Hinweis

Viele Krankenkassen bieten ein Bonusprogramm oder eine Vergütung für dieses Seminar an. Das Seminar richtet sich an Teilnehmer/-innen, die gesundheitlich alle praktischen Übungen mitmachen können.

Burnout: Wenn die Seele durch den Körper spricht

Vertiefung

Es fängt harmlos an: Der Termindruck wächst, man fühlt sich nicht wertgeschätzt, Stress, permanente Selbstüberforderung, die Probleme wachsen im Betrieb und zu Hause über den Kopf. Dies sind Faktoren, die auf den Körper einwirken, ihn psychisch und moralisch krank machen. Körperliche Signale werden ignoriert. Am Ende steht die Diagnose „stressbedingte Erschöpfungsdepression oder Burnout“. Die Teilnehmer/-innen in dem Gesundheitsseminar lernen, die körpereigenen Signale zu „hören“ und entsprechend zu handeln. Im Besonderen werden Möglichkeiten aufgezeigt, wie man durch das eigene Handeln die krankmachenden Symptome verringern und die eigene Lebensqualität wieder verbessern kann.

- » Theoretische Einheiten
 - Burnout und Depression (er)kennen und verstehen
 - Endstation Selbstmord? Hilfe und Selbsthilfe für Betroffene
 - Mein Weg zum ausgeglichenen Leben
 - Familie, Freunde, Arbeit – Leben miteinander
 - Work-Life-Balance
- » Medizinische Anwendungen: Massage und/oder Moorpackung und/oder Wassertreten nach Kneipp
- » Terraintraining/Bewegung/sonstige
 - Wandern
 - Nordic-Walking oder Flexi Bar
 - Entspannungsübungen:
 - Qi Gong oder Tai-Chi oder autogenes Training
 - **Fakultativ** Schwimmen, Sauna, Radfahren

Hinweis

Viele Krankenkassen bieten ein Bonusprogramm oder eine Vergütung für dieses Seminar. Das Seminar richtet sich an Teilnehmer/-innen, die gesundheitlich alle praktischen Übungen mitmachen können.

Termin

27.08. - 01.09.2017 *
Seminar-Nr.: GeS_07_17-01

* Mit Kinderbetreuung

Ort/Unterbringung

Kritische Akademie und/oder
Hotel in der Umgebung

Kosten

Werden auf Grundlage des
jeweiligen Tarifvertrages
der IG Metall von der
Stiftung getragen

Unterkunft/Verpflegung
Kinder: siehe Seite 46

Vorkenntnisse

Es sind keine Vorkenntnisse
erforderlich. Der Besuch des
Orientierungsseminars
wird empfohlen.

Termine

01.05. - 06.05.2017

Seminar-Nr.: GeS_08_17-01

18.03. - 23.03.2018

Seminar-Nr.: GeS_08_18-01

Ort/Unterbringung

Kritische Akademie und/oder Hotel in der Umgebung

Kosten

Werden auf Grundlage des jeweiligen Tarifvertrages der IG Metall von der Stiftung getragen

Unterkunft/Verpflegung
Kinder: siehe Seite 44

Vorkenntnisse

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Der Besuch des Orientierungsseminars wird empfohlen.

Gesund (er)leben

Vertiefung

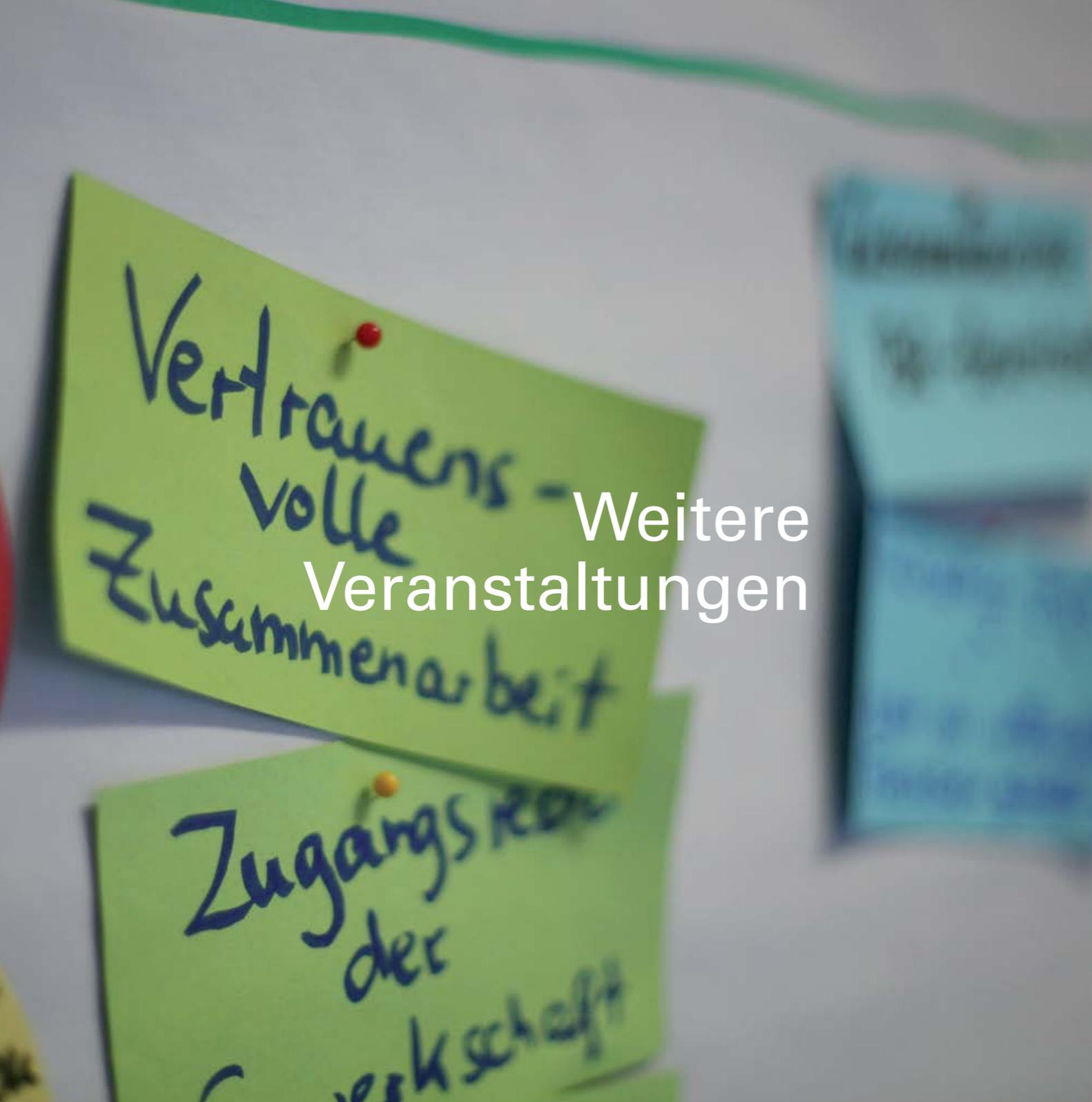
Die einen schwören auf die Natur, die anderen sind von der Schulmedizin überzeugt. Nicht selten verteuflern die Verfechter der einen Richtung die Behandlungsmethoden der anderen. Die Wahrheit liegt, wie bei so vielen Dingen, in der Mitte. Für den eigenen Zweck eignen sich die Naturheilverfahren hervorragend, bei anderen Krankheiten muss man sich der Schulmedizin bedienen. Wo liegen die Ursachen der Krankheiten, an wen kann man sich wenden? Die Teilnehmer/-innen in dem Gesundheitsseminar lernen kennen, mit einfachen, natur belassenen Mitteln die Selbstheilungskräfte des eignen Körpers zu wecken. Wissenswertes über Homöopathie, Heilpflanzenkunde, eine gesunde Ernährung und manuelle Therapie.

- » Theoretische Einheiten
 - Bewusst leben – gesund sein
 - Alternative Heilmethoden – wann helfen sie (Schulmedizin, Homöopathie, TCM)
 - Heilkräuter (er)kennen
 - Lehren von Pfarrer Kneipp für selbstbestimmte Gesundheit
 - Medikamente versus Hausmittel, was hilft wann?
- » Medizinische Anwendungen: Massage und/oder Moorpackung und/oder Wassertreten nach Kneipp
- » Terraintraining/Bewegung/sonstige
 - Nordic-Walking oder Aquafitness oder Flexi Bar
 - Wandern
 - Entspannungsübungen:
 - Tai-Chi oder Qi Gong
 - **Fakultativ** Schwimmen, Sauna, Radfahren

Hinweis

Viele Krankenkassen bieten ein Bonusprogramm oder eine Vergütung für dieses Seminar an. Das Seminar richtet sich an Teilnehmer/-innen, die gesundheitlich alle praktischen Übungen mitmachen können.





Weitere Veranstaltungen

Seminar für Betriebsratsmitglieder in besonderen Funktionen

Für den Betriebsrat ist die Kommunikation mit den Kolleginnen und Kollegen im Betrieb das A und O. Betriebsratsmitglieder in besonderen Funktionen sind hier besonders gefordert. Bei ihnen laufen die meisten Informationen auf, die verlangen, zielgruppen- und beteiligungsorientiert kommuniziert zu werden. Die Teilnehmer/-innen erhalten Tipps und Anregungen für ihre Arbeit. Das Seminar wird auch gezielt zur internen Kommunikation von Veränderungen im Unternehmen und von aktuellen Betriebsratsthemen aus den Standorten genutzt.

- » Veränderungen im Unternehmen Triumph International
 - Auswirkungen auf die Betriebsratsarbeit
 - Herausforderungen für die Gremien
 - Wie begegnen wir den Herausforderungen
- » Aktuelle Betriebsratsthemen aus den Standorten
- » Öffentlichkeitsarbeit und Kommunikation
 - Umsetzertworkshop mit praktischen Übungen zu konkreten Vorhaben
 - Coming Home: Weiterentwicklung der Kommunikation und Öffentlichkeitsarbeit vor Ort

Hinweis

Teilnehmen können Betriebsräte in besonderen Funktionen (wie BRV, WA, Tarifkommission, Aufsichtsrat etc.). Eine „freie“ Bewerbung ist nicht möglich. Vorkenntnisse, wie sie in langjähriger Betriebsrätearbeit erworben werden, sind erforderlich.

Termin

23.04. – 28.04.2017
Seminar-Nr.: Pln_fk_17-01
Kritische Akademie, Inzell

Unterbringung

Kritische Akademie

Kosten

Werden auf Grundlage des
jeweiligen Tarifvertrages
der IG Metall von der
Stiftung getragen

Ausschließlich für
Miederindustrie

Seminar für die Arbeitnehmervertretung

Betriebsrat – JAV – SBV

Im betrieblichen Alltag werden die Betriebsräte mit komplexen Fragestellungen konfrontiert. Um die sich daraus ergebenden Herausforderungen erfolgreich meistern zu können, müssen Betriebsräte über ein vielfältiges Wissen verfügen. Dies ist in Seminaren nach § 37.6 BetrVG nur zum Teil möglich. So ist die Tarifpolitik der Miederindustrie obligatorischer Bestandteil des Seminars für die Arbeitnehmervertretung. Darüber hinaus greifen die Betriebsratsseminare der Stiftung zusätzliche Themen auf. Neben gegenwärtigen Fragestellungen aus den Betrieben werden aktuelle Themen im Unternehmen sowie die Themen der Schwerbehindertenvertretung und der JAV besprochen. Über die praktischen Fragen im Unternehmen und der Beschäftigten hinaus wird auch der sozialrechtliche und sozialpolitische Kontext beleuchtet.

- » Aktuelle Themen aus arbeitsrechtlicher Sicht
 - Aus der Arbeit der Betriebsräte, Schwerbehindertenvertretung und JAV
 - Thematische Schwerpunkte
 - Aktuelle Projekte einzelner Standorte
 - Aktuelle Projekte des Gesamtbetriebsrats
 - Diskussion zur Arbeit von Stiftung und Verein
- » Tarifklausur
 - Tarifverträge: Inhalte und Perspektiven
 - Neue tarifpolitische Herausforderungen in der Miederindustrie
 - Sonstige tarifpolitische Fragen
- » Seminarexkursion

Hinweis

Teilnehmen können nur Betriebsräte, JAV-Mitglieder und Schwerbehindertenvertretungen der Miederindustrie. Eine „freie“ Bewerbung ist nicht möglich.

IG Metall Geschäftsstellen Aalen & München

Wochenendseminar

Jährlich wird mindestens ein Wochenendseminar gemeinsam mit den IG Metall Geschäftsstellen Aalen und München durchgeführt. Dabei wird von den Geschäftsstellen ein für ihre Arbeit wichtiges zeitaktuelles Thema gewählt. Mit diesem Seminar wird die Zusammenarbeit zwischen der Stiftung und den IG Metall Geschäftsstellen mit Unternehmen aus der Miederindustrie gestärkt.

Bewerbungen sind über den Betriebsrat bei der jeweiligen Geschäftsstelle möglich. Fahrgeld wird von der Stiftung nicht erstattet.

Termine

10.02. - 12.02.2017
Seminar-Nr.: PKa_IGM_17-01
Kritische Akademie, Inzell

Unterbringung

Kritische Akademie

Kosten

Werden auf Grundlage des jeweiligen Tarifvertrages der IG Metall von der Stiftung getragen

Ausschließlich für Miederindustrie



Termin

17.11. – 19.11.2017
Seminar-Nr.: PSo_Th_17-01
Kritische Akademie, Inzell

Unterbringung

Kritische Akademie und/oder
Hotel in der Umgebung

Kosten

Werden auf Grundlage des
jeweiligen Tarifvertrages
der IG Metall von der
Stiftung getragen

Die guten Zeiten sind vorbei: Europa - wie lange noch?

Themenforum 2017

Die EU wird von unterschiedlichen Seiten her in ihren Grundfesten bedroht. Die Finanz- und Währungskrise stellt das zentrale Projekt „Euro“ in Frage. Der Brexit stellt die EU als Europäische Idee in Frage. Eine EU als reiner Wirtschaftsraum und loser Staatenbund scheint gerade für ost-europäische Mitgliedsländer handlungsleitend zu sein. Die Menschen in Europa werden gebeutelt von Arbeitslosigkeit und Perspektivlosigkeit. Im Themenforum 2017 stellen wir uns den zentralen Fragen und suchen nach Perspektiven. Wir verschaffen uns Einblick, wie es um Europa wirklich steht. Gefragt sind neue Ideen zu Europa. Dazu haben wir Experten aus Wissenschaft, Politik und Wirtschaft eingeladen.

Termin

31.03. - 02.04.2017
Seminar-Nr.: GeF_We_17-01
Kritische Akademie, Inzell

Unterbringung

Kritische Akademie und/oder
Hotel in der Umgebung

Kosten

Werden auf Grundlage des
jeweiligen Tarifvertrages
der IG Metall von der
Stiftung getragen

Fitness – wohlfühlen und gesundbleiben

Gesundheitsforum 2017

Hängt man an die Fitness das „studio“ klingt sie nach Kommerz, Hanteltraining und Aerobiknepp. Dabei meint Fitness körperliches und geistiges Wohlbefinden in allen Lebensbereichen, auch in der Arbeit. Das Risiko für Zivilisationskrankheiten wie Herzinfarkt und Fettleibigkeit kann durch ein gezieltes Fitnesstraining verringert werden. Konzentrations- und Lernfähigkeit werden gesteigert. Menschen, die sich aktiv fit halten, gelten als gesünder und haben, statistisch gesehen, eine höhere Lebenserwartung. Zur Fitness von Körper und Geist gehört zum einen eine regelmäßige körperliche Betätigung, zum anderen eine gesunde, ausgewogene und nährstoffreiche Ernährung. Wie das funktioniert zeigt in Vorträgen und Praxisworkshops das Gesundheitsforum 2017.

Natur Pur

Bergsommer

Liebe zur Natur und Verständnis für Umweltschutz kann sich nur entwickeln, wenn der einzelne Mensch durch persönliches Erleben zu begreifen lernt, wie wichtig es ist, sich für den Schutz und die Unversehrtheit der Natur einzusetzen. Diesem Ziel dient diese Wochenendveranstaltung. Bei dem Wochenende „Bergsommer“ werden Touren ausgewählt, die von allen normal konditionierten Beschäftigten gegangen werden können. Fahrgeld wird nicht erstattet.

Kreativseminar

Die Ausnutzung der kreativen Potenziale in der Freizeit fördert auch die berufliche Kreativität. Gerade für die Zukunftsfähigkeit der modisch ausgerichteten Miederindustrie sind kreative Menschen eine Voraussetzung für die Standortsicherung. Das Seminar will Chancen der aktiven kreativen Betätigung aufzeigen und diese gleichzeitig mit politischen Inhalten verbinden. Im Mittelpunkt steht dabei das Arbeiten mit Ton und Keramik.

Termin

14.07. - 16.07.2017
Seminar-Nr.: ANa_21_17-01
Kritische Akademie, Inzell

Unterbringung

Kritische Akademie

Kosten

Werden auf Grundlage des
jeweiligen Tarifvertrages
der IG Metall von der
Stiftung getragen

Termin

01.05. – 06.05.2017
Seminar-Nr.: AKr_21_17-01
Kritische Akademie, Inzell

Unterbringung

Kritische Akademie

Kosten

Werden auf Grundlage des
jeweiligen Tarifvertrages
der IG Metall von der
Stiftung getragen



Familienurlaube

Familienurlaube

Die Beschäftigten der Miederindustrie und ihre Familienangehörigen haben die Möglichkeit des kostengünstigen Familienurlaubs in der Kritischen Akademie. Für Familien erfolgt die Unterbringung in Zwei-Bett-Zimmern, wobei Kinder unter vier Jahren im Zimmer der Eltern untergebracht werden. Eltern haben die Aufsichtspflicht und haften für evtl. durch ihre Kinder verursachten Schäden. Anspruch auf den kostengünstigen Preis für Familienangehörige haben nur Kinder und Lebenspartner/-innen. **Eltern der Beschäftigten und Partner bzw. Partnerinnen der Kinder kommen nicht in den Genuss des Angehörigenpreises.** Sie haben die an der Kritischen Akademie üblichen Vollkostensätze zu entrichten. Informationen hierzu bei der Kritischen Akademie. Dieser günstige Familienurlaub ist nur durch die Tarifvereinbarung möglich. Am Familienurlaub können auch außertariflich Angestellte teilnehmen. Grundsätzlich ist es möglich, bei den aufgeführten Terminen eine komplette Woche oder auch 14 Tage Familienurlaub in der Kritischen Akademie zu machen. Meldungen für den Sommerurlaub sollten bis spätestens 19. Mai 2017 beim Betriebsrat vorliegen. Später eingehende Anmeldungen können unter Umständen nicht berücksichtigt werden.

Zusätzliche Familienurlaubszeiten

Es besteht auch die Möglichkeit, neben den fest ausgeschriebenen Familienurlaubszeiten Familienurlaub zu machen. Das ist zu den Zeiten möglich, wenn Zimmer nicht von Seminarteilnehmer/-innen belegt sind. Es empfiehlt sich bei uns nachzufragen, ob Zimmer frei sind. Dies ist sowohl kurzfristig als auch über eine Warteliste der Kritischen Akademie möglich. IG-Metall-Mitglieder erhalten zu jeder Zeit einen Rabatt. Nicht-IG-Metall-Mitglieder bekommen nur für Zeiten außerhalb der Saison einen Saisonnachlass.

Wochenendbuchung

Des Weiteren ist es möglich, an Wochenenden Familienurlaub in der Kritischen Akademie zu günstigen Wochenendpauschalen zu machen (Preise siehe nächste Seite). Fragen Sie bei uns nach freien Zeiten!

**Ausschließlich für
Miederindustrie**

Termine

01.01. - 07.01.2017

Seminar-Nr.: FaU_01_17-01
Kritische Akademie, Inzell

09.04. - 14.04.2017

Seminar-Nr.: FaU_02_17-01
Kritische Akademie, Inzell

17.04. - 22.04.2017

Seminar-Nr.: FaU_02_17-02
Kritische Akademie, Inzell

05.06. - 10.06.2017

Seminar-Nr.: FaU_03_17-01
Kritische Akademie, Inzell

30.07. - 05.08.2017

Seminar-Nr.: FaU_04_17-01
Kritische Akademie, Inzell

06.08. - 12.08.2017

Seminar-Nr.: FaU_04_17-02
Kritische Akademie, Inzell

13.08. - 19.08.2017

Seminar-Nr.: FaU_04_17-03
Kritische Akademie, Inzell

20.08. - 26.08.2017

Seminar-Nr.: FaU_04_17-04
Kritische Akademie, Inzell

27.08. - 02.09.2017

Seminar-Nr.: FaU_04_17-05
Kritische Akademie, Inzell

01.10. - 04.10.2017

Seminar-Nr.: FaU_05_17-01
Kritische Akademie, Inzell

Unterbringung

Kritische Akademie, Inzell

Kosten

Werden auf Grundlage des jeweiligen Tarifvertrages der IG Metall von der Stiftung getragen

**Ausschließlich für
Miederindustrie**

Familienurlaube

Anmeldung

Bei Interesse am Familienurlaub bitte mit dem Formular in dieser Broschüre (S. 53) oder aus dem Internet rechtzeitig beim Betriebsrat bzw. bei kurzfristigen Terminen direkt bei uns bewerben. Familien mit Kindern oder Familien, die noch nie in der Kritischen Akademie Urlaub gemacht haben, werden bei der Vergabe der Plätze bevorzugt berücksichtigt. Gehen mehr Bewerbungen ein, als Plätze zur Verfügung stehen, werden Mitglieder der IG Metall bevorzugt.

Wochenaufenthalte (Tagespreise)

- » Beschäftigte € 50,00
- » Angehörige € 50,00
- » Kinder (14-17 Jahre) € 16,00
- » Kinder (4-13 Jahre) € 10,00

IG-Metall-Mitglieder erhalten Rabatt:

- » Rabatt Beschäftigte: € 25,00
- » Für deren Angehörige: € 15,00

Nicht-IG-Metall-Mitglieder (und deren Angehörige) erhalten nur einen Saisonnachlass: für Aufenthalte außerhalb obiger Familienurlaubstermine von 20%

Wochenendaufenthalt (Pauschale)

- » Beschäftigte € 100,00
- » Angehörige € 100,00
- » Kinder (14-17 Jahre) € 32,00
- » Kinder (4-13 Jahre) € 20,00

IG-Metall-Mitglieder erhalten Rabatt

- » Für Beschäftigte: € 50,00
- » Für deren Angehörige: € 30,00

Familienurlaube

Senioren

Neben den aktiven Beschäftigten der Miederindustrie haben auch "Ehemalige" die Möglichkeit des Familienurlaubs in der Kritischen Akademie. Zum einen zu dem nebenstehenden Termin, zum anderen unter dem Jahr und an Wochenenden. Gehen für die festen Wochen mehr Bewerbungen ein als Plätze zur Verfügung stehen, werden Mitglieder der IG Metall bevorzugt. Unterbringung erfolgt im Zweibettzimmer. Im übrigen gelten die Bedingungen und Preise des Familienurlaubs für Beschäftigte.

Sie haben auch die Möglichkeit, die „zusätzlichen Familienurlaubszeiten“ außerhalb der Familienurlaube zu nutzen (siehe Seite vorher) mit entsprechenden Rabatten für IG Metall-Mitglieder oder Saisonnachlässen.

Termin

01.05. – 06.05.2017

Seminar-Nr.: FaU_Re_17-01
Kritische Akademie, Inzell

Unterbringung

Kritische Akademie

Kosten

Werden auf Grundlage des jeweiligen Tarifvertrages der IG Metall von der Stiftung getragen





Allgemeine Hinweise

SEMINARRÄUME

1 - 4.3

Grundlagen

Tarifverträge

Grundlagen für die Seminarteilnahme

Die Teilnahme an den Seminaren erfolgt auf der Grundlage der von der IG Metall abgeschlossenen Tarifverträge:

- » Tarifvertrag zur Sicherung und Förderung der Beschäftigung, der Wettbewerbsfähigkeit und zur tarifpolitischen Zusammenarbeit in der Branche Textil Service (**Textil Service**)
- » „Tarifvereinbarung über die Einrichtung eines Vereins und einer Stiftung für die Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer der Miederindustrie (**Mieder**)“
- » Tarifvertrag zur Förderung der Aus-, Fort-, und Weiterbildung für die Beschäftigten der Textil- und Bekleidungsindustrie (**BiT**)

Die Preise und Konditionen sind teilweise unterschiedlich, weil die Tarifverträge, welche die IG Metall ermöglichen konnte, unterschiedlich ausgestaltet sind. In den Genuss der Seminarangebote kommen nur Beschäftigte in tarifgebundenen Unternehmen.

Nach dem Tarifvertrag „**Textil Service**“ gilt, dass der Arbeitgeber verpflichtet ist, bis zu 4% der Beschäftigten zur Teilnahme nach dem Tarifvertrag freizustellen.

Bei **BiT** sind bis zu 2% der Beschäftigten pro Jahr zur Teilnahme berechtigt. Hinweise zur individuellen Förderung erhalten Sie unter <http://www.kritische-akademie.de/ba/bit.html>.

Es können auch regionale oder Seminare vor Ort durchgeführt werden. Dies geht jedoch nur in Abstimmung mit der Kritischen Akademie, da diese die ihr zufließenden Mittel satzungsgemäß (gemeinnützig) verwenden muss. Weitere Hinweise erhalten Sie ebenso im Internet.

Weitere Hinweise

Weiterführende Hinweise finden Sie auch im Internet unter www.kritische-akademie.de. Hier können Sie auch mehr über die IG Metall und die Tarifvereinbarungen erfahren, welche diese Angebote ermöglicht haben.



Grundlagen & Familienvergünstigung

Vergünstigungen Familienmitglieder. Weitere Hinweise.

Familienseminare

Bei vielen Seminaren an der Kritischen Akademie wird eine Kinderbetreuung für Kinder ab 4 Jahren angeboten. Kinderbetreuungsangebote sind beim jeweiligen Seminar vermerkt. Diese Kinderbetreuung ist kostenlos. Für die Unterbringung und Verpflegung von Kindern fallen folgende Kosten pro Woche (Preise 2017) für **BiT** und **Textil Service** an:

- » **Bei Unterbringung im Zimmer der Eltern**
Kinder 4-13 Jahre € 120,- | Kinder 14-17 Jahre € 187,50
- » **Bei Unterbringung im eigenen Zimmer**
Kinder 4-13 Jahre € 219,10 | Kinder 14-17 Jahre € 326,85

Für Beschäftigte nach **Mieder**-Tarifvertrag gilt:
Die Kinder zahlen bei Seminaren die gleichen Preise wie beim Familienurlaub (siehe dort).

Beschäftigte aus den tarifgebundenen Unternehmen können ihre Lebenspartner mitbringen, wenn sie ein Seminar besuchen. Für BiT und Textil Service, gelten bei Unterbringung in der Kritischen Akademie folgende Sonderpreise (je Woche):

- » Übernachtung € 143,75
- » Vollverpflegung € 245,-
- » Kurbeitrag Inzell € 13,60

Diese Preise verstehen sich je Woche und gelten nur bei Unterbringung im Zimmer des anspruchsberechtigten Beschäftigten. Für Mieder gelten die Preise für die Veranstaltungen im Rahmen der Familienurlaube (siehe dort). Eine Teilnahme an einzelnen Bestandteilen der Angebote ist in Absprache teilweise möglich. Bitte melden Sie Ihre Familienangehörigen mit dem Anmeldeformular zum Seminar an. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an die Kritische Akademie. Für die Anreise mit dem PKW sowie das Abstellen auf dem Parkplatz der Kritischen Akademie wird seitens der Stiftung keine Haftung übernommen. Gleiches gilt für mitgebrachte Fahrräder oder Skier.

Anmelden & Freistellungsmöglichkeiten

Anmelden

Verwenden Sie bitte das kopierfähige Anmeldeformular. Weitere Anmeldeformulare sind bei den Geschäftsstellen der IG Metall und bei der Kritischen Akademie Inzell (auch im Internet) erhältlich. Die Bewerbung ist über den Betriebsrat und/oder die zuständige IG Metall Geschäftsstelle vorzunehmen. Falls Sie Fragen haben, wenden Sie sich bitte an uns.

Kosten

Arbeitnehmer/-innen die vom Betriebsrat und/oder der IG Metall Geschäftsstelle zur Teilnahme vorgeschlagen werden und in einem tarifgebundenen Betrieb beschäftigt sind, entstehen weder Seminarkosten noch Kosten für Übernachtung und Verpflegung. Diesem Personenkreis werden Zuschüsse zu den Fahrtkosten bezahlt (max. Bundesbahn 2. Klasse, bitte unseren Bahnservice beachten). Reisen zwei oder mehrere Teilnehmer/-innen mit einem PKW an, so erhält der/die Fahrende pro km 0,30 Euro. Bei Einzelanreise werden 0,11 Euro pro km erstattet. Alle sonstigen Teilnehmerinnen und Teilnehmer (Familienangehörige, Fremde) tragen ihre Kosten selbst.

Freistellung

Die Teilnehmer/-innen werden für die Zeit des Seminars vom Arbeitgeber freigestellt. Die Teilnehmer/-innen erhalten für diese Zeit ihre Bezüge weiterhin. Bei BiT und Textil Service erfolgt laut Tarifvertrag die Fortbezahlung durch den Arbeitgeber. Bei Beschäftigten nach Mieder-Tarifvertrag erfolgt der Ausgleich des Verdienstausfalls durch die Stiftung. Sie können zur Beantragung der Freistellung das kopierfähige Formular auf S. 47 verwenden. Weitere sind über die IG Metall Geschäftsstellen und die Kritische Akademie Inzell zu erhalten.

Seminaranmeldung kurz zusammen gefasst (für BiT/Textile Dienste)

1. Das Seminar aus dem Programm auswählen.
2. Einen Freistellungsantrag beim Betrieb stellen.
3. Das Anmeldeformular ausfüllen. Das Anmeldeformular wird über den Betriebsrat oder die IG Metall Geschäftsstelle an uns weitergeleitet. Dort wird geprüft, ob der Betrieb tarifgebunden und der Anmeldende IG-Metall-Mitglied ist.
4. Die Geschäftsstelle leitet die Anmeldung an die Kritische Akademie weiter.
5. Die Kritische Akademie lädt zum gewünschten Seminar ein.

Kritische Akademie
Inzell

Salinenweg 45
D-83334 Inzell

Tel.: +49 (0)8665 980-0
Fax: +49 (0)8665 980-511

info@kritische-akademie.de
www.kritische-akademie.de

**Teilnehmen an
Gesundheitsseminaren...**

Kann nur, wer alle Seminarbestandteile besuchen kann.
Ausnahmen (wegen gesundheitlicher Beeinträchtigung) sind vorab mit der Kritischen Akademie zu klären.

Anmelden zum Seminar

Über den Betriebsrat und/oder die zuständige IG Metall Geschäftsstelle

Seminar

von – bis	Seminarort	Nummer
Vorname	Familienname	Geburtsdatum

Ich bringe folgende Familienangehörige mit:

Vorname	Familienname	Geburtsdatum	KB*
			<input type="checkbox"/>
			<input type="checkbox"/>

*Falls für das Seminar Kinderbetreuung angeboten und gewünscht wird: Haken setzen

Postleitzahl/Wohnort

Straße Hausnummer

E-Mail

Beschäftigt bei (Firma, Ort, Straße)

Ausgeübter Beruf

Tel. Betrieb (mit Durchwahl)

Datum

Unterschrift

Telefonnummer privat

Die sich anmeldende Person erklärt sich damit einverstanden, dass die Kritische Akademie die personenbezogenen Daten für die Abwicklung des Seminars nutzen darf.

Von der IG Metall Geschäftsstelle bzw. dem Betriebsrat auszufüllen

Der Antragsteller/ die Antragstellerin ist Mitglied der IG Metall

Ja

Nein

Für Textile Dienste/ BiT (entfällt bei Beschäftigten nach Mieder-Tarifvertrag)

Die Geschäftsstelle hat die Tarifbindung der Firma und des Teilnehmers/ der Teilnehmerin geprüft

Die Benennung erfolgt nach dem Tarifvertrag

Die Benennung erfolgt nicht nach dem Tarifvertrag

(Die Kosten des Seminars werden in Rechnung gestellt)

Datum

Stempel und Unterschrift der Geschäftsstelle oder des Betriebsrats

Kopiervorlage

Formular zur Freistellung (entfällt bei Beschäftigten nach Niedertarifvertrag)

Sehr geehrte Damen und Herren,

hiermit beantrage ich für die Zeit vom _____ bis _____ die Freistellung gemäß Tarifvertrag. Ich beabsichtige an u.a. Veranstaltung der Stiftung zur Förderung von Bildung, Erholung und Gesundheitshilfe von Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern teilzunehmen. Ich bitte Sie, mir die Freistellung umgehend zu bestätigen, um die betriebliche und persönliche Planung zu erleichtern.

Mit freundlichen Grüßen

Ort, Datum _____ Unterschrift _____

Seminar		
von – bis	Seminarort	Nummer
Vorname	Familiename	
Postleitzahl Wohnort		
Straße Hausnummer		

Vom Betriebsrat auszufüllen

Die Freistellung wird vom Betriebsrat befürwortet.

Datum	Unterschrift Betriebsrat
-------	--------------------------

Von der Geschäftsleitung auszufüllen

Der Freistellung wird zugestimmt.

Datum	Unterschrift Geschäftsleitung
-------	-------------------------------

Kopiervorlage

Kritische Akademie

Service und Anreisemöglichkeit

Verbindung von Bildung und Gesundheit

Die Kritische Akademie Inzell, eine tarifvertragliche Einrichtung der IG Metall, liegt im reizvollen Oberbayern. Eingebettet in Bergen und natürlicher Landschaft, werden im Haus und in seiner näheren Umgebung vielfältige Freizeitmöglichkeiten geboten. Eine Verbindung von Bildung und Gesundheit ermöglicht die im Haus befindliche medizinische Badeabteilung, die von allen Kassen anerkannt ist. Die Ausstattung der Seminarräume entspricht in jeglicher Hinsicht den Erfordernissen moderner Erwachsenenbildung.

Unser Service

Das qualifizierte Hausteams und die regional ausgerichtete Küche sorgen für einen angenehmen Aufenthalt. Abwechslungsreiche vegetarische Alternativmenüs sind genauso selbstverständlich wie das Erfüllen von Wünschen bei erforderlicher Diät. Die Unterbringung erfolgt in der Regel in Einzelzimmern. Alle Zimmer in der Kritischen Akademie haben Dusche, WC, Balkon, Telefon, Fernsehen und Möglichkeiten zum Internetzugang. In Ausnahmefällen erfolgt die Unterbringung außer Haus. Beachten Sie dazu auch die Hinweise bei den jeweiligen Seminaren. Für Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Anreisemöglichkeiten

- » Mit dem Auto
Über die Autobahn München-Salzburg (A8) Ausfahrt Traunstein/Inzell (Nr. 112). Dann auf der Bundesstraße 306 durch die Chiemgauer Landschaft, 11 km bis kurz vor Inzell, am Gasthof Boden rechts.
- » Mit der Bahn
Über München bis zum Intercity-Bahnhof Traunstein. Gerne organisieren wir auch Transfers von Traunstein nach Inzell. Bitte lassen Sie uns wissen, wenn Sie dies wünschen.
- » Informationen zu günstigen Flügen nach Salzburg finden Sie bei uns im Internet.

Kritische Akademie

Freizeitmöglichkeiten

Freizeitmöglichkeiten an der Kritischen Akademie

- » Von allen Kassen anerkannte Badeabteilung (Rezept oder Barzahlung möglich)
- » Hallenschwimmbad
- » Sauna
- » Solarium
- » Bibliothek
- » Videothek
- » Billard
- » Tischfußball
- » Fitnessraum und Tischtennis
- » Fußballfeld
- » Volleyballfeld
- » Fahrradverleih
- » Boule
- » Freiluftschach
- » Kulturraum mit Großbildschirm
- » Nordic-Walking (Stöcke vorhanden; eigene Hausstrecke!)

Und in der näheren Umgebung

- » Wander- und Fahrradwege (alle Schwierigkeitsgrade)
- » Bergsteigen
- » Ski (Langlauf und Alpin, Loipe in Hausnähe)
- » Rodelbahnen (auch abends)
- » Eislauf-Stadion (Eislaufen, Eisstockschießen)
- » Tennisplätze
- » Golfplätze
- » Gleitschirm- und Drachenfliegen
- » Mountainbike
- » Attraktive Ausflugsziele (z.B. Salzburg, Königssee, Reit im Winkl, Ruhpolding, Bad Reichenhall)
- » Internationale Wintersportveranstaltungen im allen Disziplinen (z.B. Eisschnelllauf, Biathlon, Bob etc.)

Weitere Informationen

Weitere Details enthält der Hausprospekt der Kritischen Akademie, den wir für Sie bereithalten.

Des weiteren finden Sie noch mehr zur Kritischen Akademie im Internet – www.kritische-akademie.de

Bewerbung Familienurlaub (Nur Niederindustrie)

Vorname	Familienname	Geburtsdatum
---------	--------------	--------------

Es nehmen folgende Familienangehörige am Familienurlaub teil:

Vorname	Familienname	Geburtsdatum	KB*
			<input type="checkbox"/>
			<input type="checkbox"/>
			<input type="checkbox"/>

Kinder unter 4 Jahren sind frei und müssen im Zimmer der Eltern untergebracht werden. Ich versichere, dass die angegebenen Personen mein/e Partner/in bzw. meine/unsere Kinder sind. Ich verpflichte mich, einen aus dringenden Gründen notwendigen Rücktritt von der Reise rechtzeitig der Kritischen Akademie zu melden.

* Falls für das Seminar Kinderbetreuung angeboten und gewünscht wird: Haken setzen

Postleitzahl Wohnort

Straße Hausnummer

Beschäftigt bei (Firma, Ort, Straße)	Ausgeübter Beruf
	Tel. Betrieb (mit Durchwahl)
Datum	Telefonnummer privat

Die sich anmeldende Person erklärt sich damit einverstanden, dass die Kritische Akademie die personenbezogenen Daten für die Abwicklung des Seminars nutzen darf.

Von der IG Metall Geschäftsstelle bzw. dem Betriebsrat auszufüllen	
Der Antragsteller/ die Antragstellerin ist Mitglied der IG Metall	Ja <input type="checkbox"/> Nein <input type="checkbox"/>

Von der IG Metall Geschäftsstelle bzw. dem Betriebsrat auszufüllen	
Bewerbung wird befürwortet	Ja <input type="checkbox"/> Nein <input type="checkbox"/>

Datum	Stempel und Unterschrift der Geschäftsstelle oder des Betriebsrats
-------	--

Kopiervorlage

Preisvorteil bei der Bahn

Als Teilnehmer/-in der Kritischen Akademie besonders günstig zum Seminar

Top-Konditionen für Teilnehmer/-innen unserer Seminare: Durch eine Kooperation mit der Deutschen Bahn sorgen wir für eine preiswerte Anreise zum Seminar der Kritischen Akademie. Als Teilnehmer/-in eines Seminars nach Bit/ Textile Dienste/ Mieder profitieren Sie von den günstigen Konditionen der Kritischen Akademie. Weitere Hinweise gibt es in der Einladung zum Seminar.

Ihre Preisvorteile gegenüber dem Normalpreis in der 2. Klasse:

Z.B. auf der Strecken (,Hin- und Rückfahrt)	Normalpreis	Preisvorteil *
Düsseldorf – Traunstein	278 €	179 €
Berlin – Traunstein	266 €	167 €
Hamburg – Traunstein	278 €	179 €
Frankfurt/M – Traunstein	216 €	117 €

* Preisänderungen der Deutschen Bahn vorbehalten.

Die Anreise mit der Bahn ist grundsätzlich über unseren Bahnservice zu buchen. Die Kritische Akademie und die Deutsche Bahn wünschen eine gute Reise!



Mit der Bahn schon für 99,- € zum Seminar und zurück!

Herausgegeben von der Stiftung zur Förderung von Bildung, Erholung und Gesundheitshilfe von Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern

Kritische Akademie
Salinenweg 45
83334 Inzell

Tel: +49 (0)8665 980-0

info@kritische-akademie.de
www.kritische-akademie.de

Verantwortlich: Gebhard Schwägerl

Layout, Satz und Gestaltung: c:tp | agentur für design und kommunikation - www.c-tp.de
Druck: Druckerei Miller, Traunstein

Oktober 2016

