

Die Volkshochschule Klappholtal

Klappholtal, die Akademie am Meer, liegt zwischen den Nordseebädern Kampen und List am Rand des Nordsylter Naturschutzgebietes, unmittelbar hinter dem Weststrand der Insel und inmitten der einmaligen Dünenlandschaft. Die Volkshochschule Klappholtal ist eine Stätte der Jugend- und Erwachsenenbildung. Sie ist eine der ältesten Volkshochschulen in Schleswig-Holstein (bereits 1919 gegründet). Träger der Institution ist der gemeinnützige Verein „Nordseeheim Klappholtal e.V.“.

Anreise

Etwa vier Kilometer nördlich von Kampen zweigt von der Landstraße der Privatweg nach Klappholtal ab. Die Akademie am Meer ist mit dem Bus (Linie 1) oder Taxi von Westerland aus zu erreichen. Busse fahren bis zur Haltestelle Vogelkoje (Abzweigung Klappholtal). Von dort sind es 800 m zu Fuß nach Klappholtal. Für Personenwagen steht ein Parkplatz zur Verfügung.

Unterkünfte und Mahlzeiten

Die Gäste wohnen in einfachen, aber behaglich eingerichteten Einzel-, Doppel- oder Mehrbetthäusern. Die Häuser liegen verstreut im akademieeigenen Dünengebiet, das 7,5 ha umfasst. An der Rezeption im Verwaltungsgebäude liegen die Zimmerschlüssel für Sie bereit. Am Abreisetag räumen Sie bitte die Zimmer bis 10.00 Uhr. Soweit nicht im Programm anders vermerkt, steht das Frühstück von 7.30 Uhr bis 9.45 Uhr, das Mittagessen von 12.00 Uhr bis 14.00 Uhr, das Abendessen von 17.45 Uhr bis 19.15 Uhr im Haus Uthland bereit.

Teilnahme

Seminargebühr:	420,00 €
Unterkunft und Verpflegung / Tag:	75,00 €
Einzelzimmerzuschlag / Tag:	20,00 €
Kurtaxe / Tag:	die jeweils aktuelle Kurtaxe
Parkgebühr / Tag:	2,00 €

Bitte melden Sie sich an:

Akademie am Meer

Volkshochschule Klappholtal

25992 List/Sylt

Telefon: (04651) 955 0

E-Mail: info@akademie-am-meer.de

Resilienz am Meer: Stress, Dynamik und Komplexität im Beruf meistern Bildungsurlaub

13.05.-14.05.2024, 16.05.-17.05.2024 = 4 Tage anerkannt



Leitung: Thomas Axthammer

12. bis 18. Mai 2024

Eine Veranstaltung der

Akademie am Meer

Klappholtal auf Sylt

Arbeiten Sie in einem herausfordernden beruflichen Umfeld und haben Schwierigkeiten, die Balance zu halten? Fühlt sich Ihr beruflicher Alltag an wie ein Rennen ohne klares Ziel?

Gönnen Sie sich eine Woche auf Sylt. Mit ausreichend Abstand von Ihrem gewohnten Alltag und dem Computer haben Sie die Chance, Ihre derzeitige berufliche Situation und komplexe Herausforderungen zu reflektieren. In der erfrischenden Meeresbrise der Nordseeküste gewinnen Sie Klarheit und bekommen Orientierung sowie wichtige Impulse für Ihre berufliche Resilienz. Der Kurs vermittelt Methoden, die Ihnen helfen, Ihren Berufsalltag zufriedenstellender zu meistern.

Diese Themen behandeln wir zum Großteil an Praxisfällen der Teilnehmenden:

- Abbau von Stress
- Stärkung der eigenen Resilienz
- Reduzieren von Komplexität
- Einflussmöglichkeiten im eigenen beruflichen Umfeld
- Umgang mit Dynamik im Team

Wir werden im Freien und im Seminarraum arbeiten – und dabei genug Zeit einplanen zur Erholung, zum Genießen von Meer und Wind, Sand und Natur.

Thomas Axthammer
Seminarleitung

Lukas Fendel
Akademieleiter

Über mich, Thomas Axthammer:

Seit 1998 bin ich als Management-Trainer und Coach tätig. Ich besitze eine fundierte Ausbildung für Gruppendynamik und bin systemischer Berater, Trainer und Coach. Ich war viele Jahre Programmverantwortlicher im Weiterbildungsbereich eines DAX-Konzerns. Hohe Qualität von Seminaren und Workshops sind bei mir stets im Fokus. Ich komme aus Bayern und lebe in der Nähe von München.

Programmablauf

- Am Sonntag, 12. Mai 2024 ist ab 15:00 Uhr Anreise und Zimmervergabe. Das Seminar beginnt um 18:00 Uhr mit Abendessen, Kennenlernen und Einführung.
- Von Montag bis Freitag arbeiten wir in der Natur und im Seminarraum. Die täglichen Seminar- und Pausenzeiten werden bei Seminarbeginn mit Blick auf die Wetterlage und die Essenszeiten vereinbart. Zum Teil gibt es nach dem Abendessen noch ein Seminarangebot und auch seminarfreie Zeit am Nachmittag.
- Das Seminar endet am Samstag, 18. Mai, mit dem Frühstück.

Ich empfehle für einen entspannten Ausklang der Woche, den Aufenthalt auf Sylt um ein oder mehrere Urlaubstage, ggf. in der Akademie zu verlängern.

Bitte bringen Sie Schreibzeug mit und denken Sie an geeignete Kleidung für Unternehmungen im Freien auch bei Wind und Regen.

Ihre Fragen zum Seminar beantworte ich gerne.

Kontakt: mail@axthammer.de