

# BILDUNGS-PROGRAMM 2026



## Arbeit und Leben

BREMEN

### Herausgeberin:

Bildungsvereinigung Arbeit und Leben (DGB/VHS) e.V. Bremen

Bahnhofsplatz 22-28 / 28195 Bremen

Telefon 0421 / 960 89-0

E-Mail [info@aulbremen.de](mailto:info@aulbremen.de)

[www.aulbremen.de](http://www.aulbremen.de) / [www.facebook.com/aulbremen](https://www.facebook.com/aulbremen)

### VERANTWORTLICH FÜR DEN INHALT:

Dr. Ernesto Harder (1. Vorsitzender)

Foto: pixdeluxe / istockphoto.com



## QUALIFIZIERUNGEN FÜR BETRIEBLICHE INTERESSENVERTRETUNGEN 2026 ARBEIT UND LEBEN BREMEN

### Rechtliche Grundlagen kennen lernen und vertiefen

#### JEWEILS

ORT Bremen / KOSTEN 1.300 € VA-Gebühr zzgl. ca. 600 € TP\*

### BR 1 – Aller Anfang ist gar nicht so schwer

#### EINFÜHRUNG IN DAS BETRIEBSVERFASSUNGSGESETZ

VA-NR. 640.010 / TERMIN 13.04. – 17.04.2026

VA-NR. 640.011 / TERMIN 04.05. – 08.05.2026

VA-NR. 640.012 / TERMIN 08.06. – 12.06.2026

VA-NR. 640.013 / TERMIN 31.08. – 04.09.2026

VA-NR. 640.014 / TERMIN 07.12. – 11.12.2026

### BR 2 – Mensch geht vor!

#### KOMPETENT HANDELN BEI PERSONELLEN EINZELMAßNAHMEN UND KÜNDIGUNGEN

VA-NR. 640.015 / TERMIN 13.07. – 17.07.2026

VA-NR. 640.016 / TERMIN 09.11. – 13.11.2026

### Arbeitsalltag optimieren

#### JEWEILS

ORT Bremen / KOSTEN 520 € VA-Gebühr zzgl. ca. 250 € TP\*

### Zwischen Gremium und Tagesgeschäft – Zeitkompetenz für Betriebsräte

#### ÜBERBLICK BEHALTEN UND ZIELORIENTIERT ARBEITEN

VA-NR. 640.019 / TERMIN 17.03. – 18.03.2026

VA-NR. 640.020 / TERMIN 15.09. – 16.09.2026

### Künstliche Intelligenz

#### JEWEILS

ORT Bremen / KOSTEN ca. 250 € TP\*

### KI-Power für Betriebsräte

#### WORKFLOWS OPTIMIEREN, MITBESTIMMUNG STÄRKEN, ZUKUNFT GESTALTEN

VA-NR. 640.023 / TERMIN 18.06.2026

VA-NR. 640.024 / TERMIN 19.08.2026

### Gesundheit schützen

#### JEWEILS

ORT Bremen / KOSTEN 1.300 € VA-Gebühr zzgl. ca. 600 € TP\*

### Arbeits- und Gesundheitsschutz 1 (Grundlagen)

#### BELASTUNGEN AM ARBEITSPLATZ? DER BETRIEBSRAT KANN HELFEN

VA-NR. 640.021 / TERMIN 26.01. – 30.01.2026

### Arbeits- und Gesundheitsschutz 2 (Aufbauveranstaltung)

#### HANDLUNGSMÖGLICHKEITEN DES BETRIEBSRATS ZU DER ENTWICKLUNG EINES PRÄVENTIVEN ARBEITS- UND GESUNDHEITSSCHUTZSYSTEMS IM BETRIEB

VA-NR. 640.022 / TERMIN 14.12. – 18.12.2026

### Wahlvorstandsschulung

#### JEWEILS

ORT Bremen / KOSTEN je 255 € VA-Gebühr zzgl. 125 € TP\*

### Vereinfachtes Wahlverfahren

VA-NR. 640.031 / TERMIN 12.01.2026

### Normales Wahlverfahren

VA-NR. 640.032 / TERMIN 05.01.2026

VA-NR. 640.033 / TERMIN 19.01.2026

### BR aktuell

#### Arbeitskreis Betriebsräte (Abo / Einzelbuchungen)

##### ABO

VA-NR. 640.003 / TERMINE siehe unten / ORT Bremen

KOSTEN 1.195 € VA-Gebühr zzgl. 750 € TP\*

##### INDIVIDUELLE TERMINE

ORT Bremen / KOSTEN je 255 € VA-Gebühr zzgl. 125 € TP\*

VA-NR. 640.004 / TERMIN 10.02.2026

VA-NR. 640.005 / TERMIN 14.04.2026

VA-NR. 640.006 / TERMIN 09.06.2026

VA-NR. 640.007 / TERMIN 18.08.2026

VA-NR. 640.008 / TERMIN 06.10.2026

VA-NR. 640.009 / TERMIN 08.12.2026

\* Auf die Tagungspauschale (TP) fallen jeweils 19 % MwST. an.

Weitere Angebote für Betriebs- und Personalräte\*innen, wie z. B. Wahlvorstandsschulungen, BR-Klausuren, oder Seminare zu Kompetenzerweiterung und maßgeschneiderte Firmenschulungen zu speziellen Themen des Betriebsverfassungsgesetzes können sehr gerne bei uns angefragt werden. Alle Angebote und Anmeldungen bitte unter: [www.aulbremen.de](http://www.aulbremen.de) Kontakt: Dagmar Lichte [d.lichte@aulbremen.de](mailto:d.lichte@aulbremen.de)

arbeitnehmerkammer.de

# BILDUNGSZEIT

spannend,  
unkompliziert,  
kostengünstig!  
DU HAST EIN  
ANRECHT DARAUF!

### BILDUNGSZEIT – WAS IST DAS?

Der Anspruch auf Bildungszeit bzw. Bildungslauf (je nach Bundesland) ist ein Ihnen zustehendes Recht. Sie können bis zu fünf Tage pro Jahr an Bildungsangeboten verschiedenster Art teilnehmen.

### BILDUNGSZEIT – WAS MUSS ICH DAFÜR TUN?

Seminar auswählen, anmelden, Teilnahmebeitrag bezahlen und die Anmeldebestätigung Ihrem\*r Arbeitgeber\*in vorzeigen. Wenn diese\*r zustimmt, steht Ihrer Bildungszeit nichts mehr im Wege.

### BILDUNGSZEIT – WAS MUSS ICH BEACHTEN?

Wichtig ist: Kündigen Sie bei Ihrem\*r Arbeitgeber\*in frühzeitig an, mindestens vier Wochen (unterschiedliche Fristen in den Bundesländern) vor der geplanten Bildungszeit, dass Sie sich angemeldet haben.



### UNSERE BERATUNGSSTELLEN



#### ANTIDISKRIMINIERUNG IN DER ARBEITSWELT – ADA

Bei ADA werden Personen beraten und unterstützt, die Diskriminierung am Arbeitsplatz z. B. durch Anfeindungen, Ausgrenzung, sexualisierte Belästigung oder unterschwelligen Formen der Herabsetzung erfahren. Darüber hinaus bieten wir Empowerment-Trainings zu unterschiedlichen Diskriminierungsdimensionen an und beraten Menschen, die sich für einen Abbau von Diskriminierung in ihren Betrieben oder Organisationen einsetzen wollen.

[www.ada-bremen.de](http://www.ada-bremen.de)



#### BERATUNGSTELLE FÜR MOBILE BESCHÄFTIGTE UND OPFER VON ARBEITSAUSBEUTUNG IM LAND BREMEN – MOBA

Das MoBA-Team informiert ausländische, vornehmlich aus der Europäischen Union kommende Ratsuchende in Fragen rund um das Thema »Arbeit«. Je nach Bedarf auf Rumänisch, Polnisch, Bulgarisch sowie Russisch und Serbisch (weitere Sprachen auf Anfrage).

[www.moba-beratung.de](http://www.moba-beratung.de)



#### REGIONALES ZUKUNFTSZENTRUM NORD – RZZ NORD

Künstliche Intelligenz in der Arbeitswelt – Beschäftigte und Unternehmen für die Arbeitswelt von morgen fit zu machen, heißt auch, sie bei der Digitalisierung und der Einführung von Künstlicher Intelligenz in die Betriebsabläufe zu begleiten. Deshalb wollen wir mit dem RZZ Belegschaften, Betriebsräte und Gewerkschaften in dieser Aufgabe unterstützen.

[www.zukunftscentrumnord.de](http://www.zukunftscentrumnord.de)

### WEITERE BILDUNGSANGEBOTE BEI ARBEIT UND LEBEN BREMEN:

#### ANGEBOTE FÜR GEFLÜCHTETE, MIGRANT\*INNEN UND MENSCHEN MIT RASSISMUSERFAHRUNGEN

Die Seminare werden i.d.R. in verschiedenen Sprachen angeboten und von Referent\*innen geleitet, die selbst Rassismuserfahrungen machen. Des Weiteren kooperieren wir häufig mit migrantischen Selbstorganisationen. Bei Fragen sprechen Sie uns gerne an.

#### QUALIFIZIERUNG UND WEITERBILDUNG FÜR MULTIPLIKATOR\*INNE

Wir bieten für Multiplikator\*innen sowohl im Bereich Anti-Diskriminierung als auch im Bereich der politischen Bildung selbst Schulungen an.

#### POLITISCHE BILDUNG FÜR JUGENDLICHE UND JUNGE ERWACHSENE

Politik ist nur was für Ältere? Weit gefehlt! Die junge Generation spricht viele Missstände an. Wir bieten Euch einen Raum, in dem wir über eure persönlichen Themen informieren und diskutieren wollen. Bei Interesse sprechen uns an und wir planen gemeinsam ein Seminar!

WEIL DU WICHTIG BIST

beraten wir Dich bei allen Fragen rund ums Arbeitsleben.

Wir sind auf Deiner Seite.

arbeitnehmerkammer.de

ANZEIGE

A

Arbeitnehmerkammer Bremen

DGB

Deutscher Gewerkschaftsbund Land Bremen

# BILDUNGSZEITEN 2026

## ARBEIT UND LEBEN BREMEN

23.03. – 27.03.2026 5 Tage	<b>Wirksame Klimakommunikation</b> STRATEGIEN UND METHODEN, UM MENSCHEN INS HANDELN ZU BRINGEN <b>600.014, BREMEN, DR. CHRISTIAN GUTSCHE, KERSTIN LOPAU</b> Unsere fünfjährige Fortbildung befähigt Sie, empathisch, effektiv und aktivierend über Klimaschutz zu kommunizieren und Menschen und Zielgruppen in ihrem eigenen Umfeld wirksam zu erreichen. Wir kombinieren fundierte wissenschaftliche Erkenntnisse, erprobte Methoden und jahrelange Praxiserfahrung.	21.09. – 25.09.2026 5 Tage	<b>Kultur? Missverständnis!</b> WENN GUTE ABSICHTEN SCHEITERN – INTERKULTURELLE KONFLIKTE LÖSEN <b>600.015, BREMEN, KEYGHOBAD YAZDANI</b> In unserer diversen globalisierten Welt entstehen leicht Missverständnisse zwischen uns Menschen. Wie entstehen Konflikte zwischen Einheimischen und Zugewanderten? Welche Rolle spielen Humor und Geschlechterrollen? Im Seminar lernen die Teilnehmenden, wie interkulturelle Konflikte entstehen und wie man sie konstruktiv löst.
27.04. – 30.04.2026 4 Tage	<b>Woran zweifelst Du?</b> SIND WIR AUF DEM WEG IN EINE POSTFAKTISSCHE GESELLSCHAFT? <b>600.012, BAD ZWISCHENAHN, VOLKER HEDEMANN</b> Postfaktisches Zeitalter oder »alternative Fakten« – das Faktische scheint in der Krise zu sein. Im Seminar sollen Einblicke in das kollektive politische Denken und aktuelle Debatten ermöglicht werden – und zwar im Hinblick auf die Wahrheit.	05.10. – 09.10.2026 5 Tage	<b>Autoritäre Zeiten</b> WIE KÖNNEN WIR DEM POPULISMUS BEGEGNEN? <b>600.008, BAD ZWISCHENAHN, MORITZ ZEILER</b> Weltweit erleben (rechts-)populistische und neofaschistische Parteien Aufschwung und feiern Wahlerfolge. Autoritarismus und Demokratiefeindlichkeit nehmen besonders in Krisenzeiten zu. Populismus liefert dabei einfache Antworten auf komplexe Themen. Wie lassen sich diese Entwicklungen in Deutschland und global verstehen? Was sind neue Phänomene, wo gibt es Kontinuitäten? Wie können emanzipatorische Antworten auf autoritäre Entwicklungen aussehen?
22.06. – 26.06.2026 5 Tage	<b>Du sollst nicht lügen!</b> <b>Oder: Die Philosophie der Moral</b> WAS IST EIGENTLICH MORAL? <b>600.001, BAD ZWISCHENAHN, RAPHAEL BEER</b> Wir sollen nicht lügen. Aber warum eigentlich? Klar ist, das mit dem Lügen ist eine Angelegenheit der Moral. Klar ist auch: Über moralische Fragen machen sich Menschen seit der Antike Gedanken. In dem Seminar soll die Sache der Moral mit Hilfe eines Blickes in die Philosophie diskutiert werden. (Philosophische)Vorkenntnisse sind dabei explizit nicht vorausgesetzt.	05.10. – 09.10.2026 5 Tage	<b>Migrantische Arbeitnehmer*innen und Gewerkschaft</b> WIE KÖNNEN WIR DEMOKRATISCHE TEILHABE IM BETRIEB ERREICHEN? <b>600.016, BREMEN, ADEM CATAL/MURAT TURAN</b> Diskriminierung am Arbeitsplatz ist ein Problem für migrantische Kolleg*innen. Dieses Seminar sucht nach Möglichkeiten durch betriebliche und gewerkschaftliche Organisation die Gleichstellung von Migrant*innen in der Arbeitswelt voranzubringen.
10.08. – 14.08.2026 5 Tage	<b>Philosophische Geschichte der Arbeit</b> SKLAVEREI, BÜRGERLICHE GESELLSCHAFT, NATIONALSOZIALISMUS – UND HEUTE? <b>600.002, BAD ZWISCHENAHN, MICHAEL HEIDEMANN</b> Das Seminar wirft einen Blick darauf, wie Arbeitsverhältnisse sich historisch entwickelt haben, was Sklaverei von Lohnarbeit unterscheidet und weshalb der Nationalsozialismus »Arbeit macht frei« über seine KZ-Tore schrieb und setzt sich mit der Frage auseinander: Warum hing die Organisation von Arbeit in der Geschichte immer auch mit Gewalt und Herrschaft zusammen?	26.10. – 30.10.2026 5 Tage	<b>Die beste aller Welten?</b> EINFÜHRUNG IN DIE KRITISCHE ANALYSE DES KAPITALISMUS <b>600.009, BAD ZWISCHENAHN, MORITZ ZEILER</b> Trotz vermehrter Kritik am Kapitalismus sind kapitalistische Verhältnisse oft unklar. Dieses Seminar führt in zentrale Begriffe von Marx ein: Ware, Wert, Geld und Kapital. Was unterscheidet Kapitalismus von früheren Gesellschaftsepochen? Welche Bedeutung spielen Klasse und Staat? Vorkenntnisse sind nicht nötig.
17.08. – 21.08.2026 5 Tage	<b>Die Spaltung der Gesellschaft durch den Populismus</b> ZEITGEIST ODER POLITISCHE ÄRA? <b>600.003, BAD ZWISCHENAHN, VOLKER SCHULZE</b> Multiple Krisen der letzten Jahren haben die politischen Ränder gestärkt. Die Konturen zwischen Rechtsextremismus und Faschismus sowie von Linksextremismus und Islamismus verwischen. Alte und neue Fronten entstehen. Geht es einzig um Fakten und Empirie, oder ist das alles abhängig von der Darstellung und Wahrnehmung?	28.09. – 20.10.2026 5 Tage	<b>Afrika im Spiegel des Rassismus</b> UNGEPRÜFTE ANNAHMEN ODER REFLEKTIERTE EINSICHTEN? <b>600.007, BAD ZWISCHENAHN, MANFRED WEULE</b> Warum sprechen wir von Afrikaner*innen, wenn wir Schwarze Menschen meinen? Aber von Franzosen, Dänen und Deutschen, wenn es um Europa geht? Warum sind Schwaben kein Stamm, aber die Massai in Kenia? Warum assoziieren wir Afrika mit Kriegen, Krankheiten und Katastrophen? Das Seminar zeigt auf, wie wirkungsmächtig koloniale Konstrukte noch heute unser Sprechen über Afrika prägen.
31.08. – 04.09.2026 5 Tage	<b>Moralisches Handeln in einer unmoralischen Welt</b> PHILOSOPHISCHE PERSPEKTIVEN AUF DAS GUTE LEBEN <b>600.004, BAD ZWISCHENAHN, MICHAEL HEIDEMANN</b> Im Seminar dreht sich alles um die Frage der Moral. Was zeichnet moralisch gutes Handeln aus und wie haben verschiedene Philosophen (z. B. Immanuel Kant) dies gesehen? Ist moralisches Handeln überhaupt möglich in einer Welt, die uns durch Kriege, Armut und Umweltzerstörung ziemlich unmoralisch erscheint?	23.11. – 27.11.2026 5 Tage	<b>Demokratie? Demokratie!</b> WAS BEDEUTET DEMOKRATIE KONKRET? <b>600.010, BAD ZWISCHENAHN, RAPHAEL BEER</b> Was genau heißt denn Demokratie? Dass wir die Regierung periodisch auswechseln? Dass wir Grundrechte haben? Dass wir öffentlich diskutieren können und dürfen? In dem Seminar soll geschaut werden, welche philosophischen Ideen der modernen Vorstellung von Demokratie zugrunde liegen, wie die Demokratie realisiert werden kann und welche Vorstellungen von »Mehr Demokratie wagen« (Brandt) es geben könnte.
14.09. – 18.09.2026 5 Tage	<b>Gesund bleiben im Arbeitsleben</b> MIT QI GONG MEHR BALANCE ERREICHEN <b>600.005, BAD ZWISCHENAHN, MARTINA FINKEL</b> Grundlage dieses Seminars sind Qi Gong-Übungen, die die Gesundheit fördern. Die Ausführungen können in den Alltag und in das Berufsleben integriert werden. Es wird eine in sich abgeschlossene und sich aufbauende Übungsfolge vorgestellt, die auch für Ausgeglichenheit, Konzentrationsfähigkeit und Koordination sorgt.	30.11. – 04.12.2026 5 Tage	<b>»Das wird mensch ja noch sagen dürfen!«</b> MEINUNGSBILDUNG IN AUFGELADENEN ZEITEN. WAS IST ERLAUBT? <b>600.011, BAD ZWISCHENAHN, VOLKER SCHULZE</b> Meinungsfreiheit vs. Cancel Culture. Was ist legitim? Was ist Hetze, was ist pointierte Zuspitzung...? Gelten für alle dieselben Kriterien? Welche Rolle spielen klassische Medien und Social Media bei der Meinungsbildung? Braucht es Regulierung, oder ist das schon Zensur? Und wer reguliert eigentlich? Kultur, Politik, Hochschulen – überall nimmt die Diskursfähigkeit ab. Was bedeutet das für Kommunikation und Gesellschaft? Sprechen wir darüber!
21.09. – 25.09.2026 5 Tage	<b>Was ist Antisemitismus?</b> GESCHICHTE UND GEGENWART DES JUDENHASSES <b>600.006, BAD ZWISCHENAHN, MICHAEL HEIDEMANN</b> Seit den Hamas-Massakern vom 7. Oktober 2023 in Israel hat der Antisemitismus weltweit noch einmal sprunghaft zugenommen. Im Seminar wollen wir erarbeiten, was Antisemitismus ist, warum er immer noch so verbreitet ist und wie wir dem Judenhass im Alltag entgegentreten können.	04.12. – 08.12.2026 5 Tage	<b>Migrantische Arbeitnehmer*innen und Gewerkschaft</b> WIE KÖNNEN WIR DEMOKRATISCHE TEILHABE IM BETRIEB ERREICHEN? <b>600.021-024, BREMEN, ADEM CATAL/MURAT TURAN</b> Diskriminierung am Arbeitsplatz ist ein Problem für migrantische Kolleg*innen. Dieses Seminar sucht nach Möglichkeiten durch betriebliche und gewerkschaftliche Organisation die Gleichstellung von Migrant*innen in der Arbeitswelt voranzubringen.

### Informationen zur Anmeldung

#### ANMELDUNG:

Mehr Informationen und den schnellsten Weg zur Anmeldung findest Du unter: [www.aubremen.de](http://www.aubremen.de)

#### TEILNAHMEBEITRÄGE FÜR BILDUNGSZEITEN:

##### BILDUNGSZEIT- UND WOCHENSEMINARE

###### 5-TÄGIG INKL. U/V\*

Teilnahmebeitrag 365 € / Gewerkschaftsmitglieder 355 € / Transfergeldempfängende 160 € (gilt jeweils für Buchung im EZ, DZ auf Anfrage).

Für einzelne Seminare fallen höhere Teilnahmebeiträge an, in solchen Fällen gelten die in der Ausschreibung angegebenen Preise.

##### BILDUNGSZEIT- UND WOCHENSEMINARE »VOR ORT«

###### 5-TÄGIG EXKL. U/V\*

Teilnahmebeitrag 135 € / Gewerkschaftsmitglieder 125 € / Transfergeldempfängende 60 €

##### BILDUNGSZEIT- UND WOCHENSEMINARE »VOR ORT«

###### 1–4-TÄGIG EXKL. U/V\*

Vgl. Ausschreibung bzw. auf Anfrage

##### BILDUNGSZEIT- UND WOCHENSEMINARE »ONLINE«

Teilnahmebeitrag auf Anfrage

\*U/V = Unterkunft/Verpflegung

**Hinweise:** Die genannten TN-Beiträge sind bindend, soweit in den Ausschreibungen bzw. auf der Homepage keine anderen Preise genannt werden. Es gelten die allgemeinen Teilnahmebedingungen.



### AKTUELLES PROGRAMM + WEITERE ANGEBOTE

Dieses Programm ist nur ein Teil unseres Angebotes. Zusätzliche und aktuelle Seminare finden Sie auf unserer Homepage:

**Wir sind außerdem für Ihre Anregungen und Wünsche offen und freuen uns auf Ihr Feedback! Auf Anfrage und bei Vorliegen der nötigen Rahmenbedingungen können wir auch individuell ein Bildungszeit-Seminar für Sie und Ihre Kolleg\*innen planen.**



#### ANZEIGE

# BÜCHER . BOOKS

IM VIERTEL UND AUF DEM CAMPUS

**BUCHLADEN OSTERTOR**  
Fahrfeld 60  
28339 Bremen  
Telefon 0421 78528  
[www.buchladen-ostertor.de](http://www.buchladen-ostertor.de)

**BO CAMPUS**  
Universitäts-Bürogebäude 7  
28339 Bremen  
Telefon 0421 211978

#### ANZEIGE

**AOK**

Jetzt kostenfreie Kurse finden!

### Gönn dir Zeit für dich

Mit dem AOK-Gesundheitsgutschein gibt's bei uns zwei kostenfreie Gesundheitskurse pro Jahr, z. B. Yoga, Pilates und Stressmanagement.