

BILDUNGS-PROGRAMM 2026



Arbeit und
Leben
BREMEN

Arbeit und Leben

BREMEN

Herausgeberin:

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

Bahnhofplatz 22-28 / 28195 Bremen

Telefon 0421 / 960 89-0

E-Mail info@aulbremen.de

www.aulbremen.de / www.facebook.com/aulbremen

VERANTWORTLICH FÜR DEN INHALT:

Dr. Ernesto Harder (1. Vorsitzender)

Foto: pixdeluxe / istockphoto.com



BILDUNGSZEIT

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

BILDUNGSZEIT – WAS IST DAS?

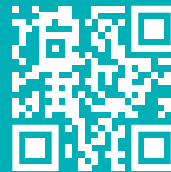
Der Anspruch auf Bildungszeit bzw. Bildungsurlaub (je nach Bundesland) ist ein Ihnen zustehendes Recht. Sie können bis zu fünf Tage pro Jahr an Bildungsangeboten verschiedenster Art teilnehmen.

BILDUNGSZEIT – WAS MUSS ICH DAFÜR TUN?

Seminar auswählen, anmelden, Teilnahmebetrag 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.



QUALIFIZIERUNGEN FÜR BETRIEBLICHE INTERESSENVERTRETUNGEN 2026 ARBEIT UND LEBEN BREMEN

Rechtliche Grundlagen kennen lernen und vertiefen

JEWELS

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

JEWELS

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

JEWELS

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

JEWELS

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

JEWELS

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*

EINZELTERMINE

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 Personalrät*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
Kontakt: Dagmar Lichte d.lichte@aulbremen.de

arbeitnehmerkammer.de

WEIL DU WICHTIG BIST

beraten wir Dich
bei allen Fragen rund ums
Arbeitsleben.

Wir sind
auf Deiner Seite.



Arbeitnehmerkammer
Bremen

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 unerschwelligen 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



BERATUNGSSTELLE FÜR MOBILE BESCHÄFTIGTE UND OPFER VON ARBEITS-AUSBEUTUNG 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



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.zukunftszentrumnord.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 spricht uns an und wir planen gemeinsam ein Seminar!



Deutscher
Gewerkschaftsbund
Land Bremen

BILDUNGSZEITEN 2026

ARBEIT UND LEBEN BREMEN

23.03. – 27.03.2026
5 Tage

Wirksame Klimakommunikation
STRATEGIEN UND METHODEN, UM MENSCHEN INS HANDELN ZU BRINGEN

600.014, BREMEN, DR. CHRISTIAN GUTSCHE, KERSTIN LOPAU
Unsere fünftägige 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.

27.04. – 30.04.2026
4 Tage

Woran zweifelst Du?
SIND WIR AUF DEM WEG IN EINE POSTFAKTISCHE GESELLSCHAFT?

600.012, BAD ZWISCHENAHN, VOLKER HEDEMANN
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.

22.06. – 26.06.2026
5 Tage

Du sollst nicht lügen!
Oder: Die Philosophie der Moral
WAS IST EIGENTLICH MORAL?

600.001, BAD ZWISCHENAHN, RAPHAEL BEER
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.

10.08. – 14.08.2026
5 Tage

Philosophische Geschichte der Arbeit
SKLAVEREI, BÜRGERLICHE GESELLSCHAFT, NATIONALSOZIALISMUS – UND HEUTE?

600.002, BAD ZWISCHENAHN, MICHAEL HEIDEMANN
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?

17.08. – 21.08.2026
5 Tage

Die Spaltung der Gesellschaft durch den Populismus
ZEITGEIST ODER POLITISCHE ÄRA?

600.003, BAD ZWISCHENAHN, VOLKER SCHULZE
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?

31.08. – 04.09.2026
5 Tage

Moralisches Handeln in einer unmoralischen Welt
PHILOSOPHISCHE PERSPEKTIVEN AUF DAS GUTE LEBEN

600.004, BAD ZWISCHENAHN, MICHAEL HEIDEMANN
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?

14.09. – 18.09.2026
5 Tage

Gesund bleiben im Arbeitsleben
MIT QI GONG MEHR BALANCE ERREICHEN

600.005, BAD ZWISCHENAHN, MARTINA FINKEL
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.

21.09. – 25.09.2026
5 Tage

Was ist Antisemitismus?
GESCHICHTE UND GEGENWART DES JUDENHASSES

600.006, BAD ZWISCHENAHN, MICHAEL HEIDEMANN
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 entgegenzutreten können.

21.09. – 25.09.2026
5 Tage

Kultur? Missverständnis!
WENN GUTE ABSICHTEN SCHEITERN – INTERKULTURELLE KONFLIKTE LÖSEN

600.015, BREMEN, KEYGHOBAD YAZDANI
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.

05.10. – 09.10.2026
5 Tage

Autoritäre Zeiten
WIE KÖNNEN WIR DEM POPULISMUS BEGEGNEN?

600.008, BAD ZWISCHENAHN, MORITZ ZEILER
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?

05.10. – 09.10.2026
5 Tage

Migrantische Arbeitnehmer*innen und Gewerkschaft
WIE KÖNNEN WIR DEMOKRATISCHE TEILHABE IM BETRIEB ERREICHEN?

600.016, BREMEN, ADEM CATAL/MURAT TURAN
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.

26.10. – 30.10.2026
5 Tage

Die beste aller Welten?
EINFÜHRUNG IN DIE KRITISCHE ANALYSE DES KAPITALISMUS

600.009, BAD ZWISCHENAHN, MORITZ ZEILER
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.

28.09. – 20.10.2026
5 Tage

Afrika im Spiegel des Rassismus
UNGEPRÜFTE ANNAHMEN ODER REFLEKTIERTE EINSICHTEN?

600.007, BAD ZWISCHENAHN, MANFRED WEULE
Warum sprechen wir von Afrikaner*innen, wenn wir Schwarze Menschen meinen? Aber von Franzosen, Dänen und Deutsche, 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.

23.11. – 27.11.2026
5 Tage

Demokratie? Demokratie!
WAS BEDEUTET DEMOKRATIE KONKRET?

600.010, BAD ZWISCHENAHN, RAPHAEL BEER
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.

30.11. – 04.12.2026
5 Tage

»Das wird mensch ja noch sagen dürfen«:
MEINUNGSBILDUNG IN AUFGELADENEN ZEITEN. WAS IST ERLAUBT?

600.011, BAD ZWISCHENAHN, VOLKER SCHULZE
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 drüber!

04.12. – 08.12.2026
5 Tage

Migrantische Arbeitnehmer*innen und Gewerkschaft
WIE KÖNNEN WIR DEMOKRATISCHE TEILHABE IM BETRIEB ERREICHEN?

600.021-024, BREMEN, ADEM CATAL/MURAT TURAN
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.aulbremen.de

TEILNAHMEBEITRÄGE FÜR BILDUNGSZEITEN:

BILDUNGSZEIT- UND WOCHENSEMINARE
5-TÄGIG INKL. U/V*
Teilnahmebeitrag 365 € / Gewerkschaftsmitglieder 355 € / Transfergeldempfangende 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 € / Transfergeldempfangende 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
Friedrichstr. 83
28205 Bremen
Telefon 0421 78528
www.buchladen-ostertor.de

BO CAMPUS
Universitäts- und Landesbibliothek Bremen
Telefon 0421 211878

ANZEIGE

Gönn dir Zeit für dich

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

Jetzt kostenfreie Kurse finden:

AOK Bremen/Bremerhaven
Die Gesundheitskasse.