



Bildungsurlaub
im Norden

Auf dem Weg zu innerer Klarheit

Schreibend neue
Perspektiven entdecken



Bildungsurlaub

16.02. - 20.02.2026



NORDSEE AKADEMIE

Programm

Montag, 16.02.2026

Anreise	
12.30 – 13.30 Uhr	Mittagessen
13.30 – 15.30 Uhr	Vorstellung u. Einführung in das Thema des Seminars
16.00 – 18.00 Uhr	Warum Schreiben gut tut - Methoden des Schreibens
19.00 – 20.30 Uhr	Kreativer Abschluss: Buch binden

Dienstag, 17.02.2026

09.00 – 10.30 Uhr	Schreibaufgabe zur Einstimmung
11.00 – 12.30 Uhr	Auf dem Weg zu innerer Klarheit - Glaubenssätze entdecken & auflösen
14.00 – 15.30 Uhr	Diskussion: Glaubenssätze in gesellschaftlichem Kontext
16.00 – 17.30 Uhr	Klarheit finden - Resilienz entwickeln

Mittwoch, 18.02.2026

09.00 – 10.30 Uhr	Schreibaufgabe zur Reflexion
11.00 – 12.30 Uhr	Auf dem Weg zu innerer Klarheit: neue Handlungsmöglichkeiten erproben
14.00 – 15.30 Uhr	Was sind meine Werte? Klarheit finden über Haltung und Handlung
16.00 – 18.00 Uhr	Dem eigenen Kredo auf der Spur: Leitlinie für stimmige und gute Entscheidungen

Donnerstag, 19.02.2026

09.00 – 10.30 Uhr	Schreibaufgabe zur Reflexion
11.00 – 12.30 Uhr	Auf dem Weg zu innerer Klarheit: Held/in des eigenen Lebens werden
14.00 – 15.30 Uhr	Drehbuch des eigenen Lebens schreiben - Schreibübungen
16.00 – 18.00 Uhr	Klarheit durch Perspektivwechsel

Freitag, 20.02.2026

09.00 – 10.30 Uhr	Schreibaufgabe zur Reflexion
11.00 – 12.30 Uhr	Nächste Schritte - Umsetzung (Plan)
13.30 – 15.30 Uhr	Auswertung, Feedback, Evaluation
15.30 Uhr	Ende und Abreise

Dozentin: Kea Schwarzfeld

Preise (inkl. Kost., Logis, Seminargebühr):

Einzelzimmer	769 € p. P.
Doppelzimmer	729 € p. P.
Tagesgast	669 € p. P. ohne ÜN
Firmenpreis	999 € inkl. MwSt.

Pausenzeiten

8.00 - 9.00 Uhr	Frühstück
10.30 - 11.00 Uhr	Kaffeepause
12.30 - 14.00 Uhr	Mittagspause
15.30 - 16.00 Uhr	Kaffeepause
18.00 - 19.00 Uhr	Abendessen



Bildungsurlaub
im Norden