



Bildung unterwegs 2025

**Arbeit und
Leben**

HERFORD DGB/VHS e.V.

Herzlich willkommen!

Wir kümmern uns darum, dass unsere Seminare als Bildungsurlaub anerkannt sind. Während des Bildungsurlaubs erfolgt eine Freistellung von der Arbeit durch den Arbeitgeber unter Fortzahlung des Gehalts. Die Weiterbildungskosten tragen die Beschäftigten.

Wichtig dabei ist, dass Sie den Bildungsurlaub rechtzeitig beantragen. In der Regel sollte das spätestens acht Wochen vor Seminarbeginn erfolgen.

Selbstverständlich können Sie mit uns auch einfach mitfahren und ohne Bildungsurlaub unterwegs sein. Vorkenntnisse sind in der Regel nicht erforderlich.

Mehr Infos zum Anspruch auf Bildungsurlaub gibt es zum Beispiel beim DGB:

➔ www.dgb.de/service/ratgeber/bildungsurlaub

Sie können sich auf unserer Website www.aul-herford.de informieren, in unserer Rubrik »Bildung unterwegs« (siehe auch QR-Code) stehen alle Angebote.



Mit der verpflichtenden Anzahlung von 70,- Euro wird die Anmeldung verbindlich.

Arbeit und Leben im Kreis Herford
IBAN DE15 4945 0120 0220 2764 63

Arbeit und Leben im Kreis Herford DGB/VHS e.V.
Kreishausstr. 6, 32051 Herford
fon 05221. 276 917- 8
eMail info@aul-herford.de

Das Titelfoto zeigt die Bucht von San Sebastián

Übersicht 2025

Marseille: Fluchtort & Rettungshafen ■ 30.03.-05.04.

Marseille: Fluchtort & Rettungshafen ■ 04.-10.05.

Nie wieder ist jetzt? Faschismustheorien ■ 04.-09.05.

Die Cevennen: Zuflucht und Widerstand ■ 01.-07.06.

Fürstenberg an der Havel: Drei Systeme ■ 02.-06.06.

Den Haag: Politik in den Niederlanden ■ 23.-27.06.

Litauen: Erinnerungspolitik ■ 22.-28.06.

Graz: Antifaschismus & aktuelle linke Politik ■ 06.-12.07.

Bielefeld & Umgebung: besondere Orte ■ 25.-29.08.

Bella Ciao. Südtirol ■ 30.08.-06.09.

Dieulefit: Widerstand und Verfolgung ■ 14.-20.09.

Thessaloniki: deutsche Besatzung ■ 21.-26.09.

Politische Lieder singen ■ 22.-26.09.

Balance zwischen Arbeits- & Lebenswelt ■ 28.09.-03.10.

Fluchtort Lissabon ■ 05.-11.10.

Baskenland: Geschichte, Kultur und Politik ■ 12.-18.10.

Teutoburger Wald: rechte Mythenbildung ■ 13.-17.10.

Lyon: Zentrum der Résistance ■ 19.-25.10.

Marseille

Fluchttort und Rettungshafen

30. März - 05. April 2025

oder

04. - 10. Mai 2025

- Residhotel Grand Prado, Marseille
- ➔ Kosten & Leistungen
850,- Euro im Doppelzimmer (1030,- Euro im Einzelzimmer) inklusive Halbpension, alle Führungen, Übersetzungen und Programm vor Ort

Foto: Ralf Bittner



Marseille – Fluchtort und Rettungshafen

Marseille war jahrhundertlang ein Hafen für Menschen aus allen Ländern, die Zuflucht suchten, eine neue Heimat finden wollten oder auf der Durchreise waren. Besondere Bedeutung erlangte Marseille in den Jahren der nationalsozialistischen Besatzung, als zahlreiche Exilant*innen aus Deutschland, Österreich und anderen besetzten Staaten versuchten, von Marseille aus in die Freiheit zu gelangen.

Eine wichtige Rolle für die Rettung Geflüchteter spielte Varian Fry, der im Auftrag amerikanischer Hilfsorganisationen zahlreichen Menschen die Flucht über das Meer oder die Grenze nach Spanien ermöglichte. In diesem Bildungsurlaub werden auf den Spuren Anna Seghers und Varian Frys historische Aspekte von Flucht

und Emigration erkundet, Thema ist aber auch die aktuelle politische und soziale Situation der Migrant*innen.

➔ Einige Programmpunkte

- ▲ Exilstadt Marseille – auf den Spuren von Anna Seghers und Varian Fry
- ▲ »Parcours des Exilés« – das Leben der Exilanten in Sanary sur Mer
- ▲ Besuch der Gedenkstätte im ehemaligen Lager »Les Milles«, einer Ziegelei, die zwischen 1939 und 1941 als Internierungs-, und Deportationslager genutzt wurde
- ▲ Das Collectif St. Jean – Erinnerung an die Zerstörung des Hafenviertels durch die Nationalsozialisten
- ▲ Rundgang durch die Altstadt Marseilles



»Nie wieder ist jetzt?«

Faschismustheorien lesen und diskutieren

04. Mai - 09. Mai 2025

- Wielandgut Oßmannstedt, Oßmannstedt
- ➔ Kosten & Leistungen
630,- Euro im Doppelzimmer (720,- Euro im Einzelzimmer) inklusive Vollpension, alle Führungen

In Kooperation mit der Rosa-Luxemburg-Stiftung NRW
und dem Philosophie-Verein Club Dialektik e.V. Köln



Foto: Scriptorium_77 pikabay



Faschismustheorien lesen und diskutieren

In den letzten Jahren sind rechte Parteien und Regierungen in fast allen Ländern der Welt auf dem Vormarsch, vielfach wird von einer Krise der Demokratie gesprochen. Dabei wird auch immer wieder diskutiert, inwieweit diese Parteien ein faschistisches Programm verfolgen. Die Definitionen, wann eine politische Agenda als faschistisch zu bewerten ist, sind jedoch nicht eindeutig. In diesem Bildungsurlaub möchten wir uns mit verschiedenen Faschismustheorien des 20. Jahrhunderts und der Gegenwart beschäftigen. Wir werden Ausschnitte aus den Werken einflussreicher Faschismustheoretiker*innen lesen und mit Bezug auch auf die Gegenwart diskutieren. Wir tagen im Wielandgut Oßmannstedt, ganz in der Nähe von

Weimar, und werden uns im Rahmen des Besuchs der Gedenkstätte Buchenwald auch mit Erinnerungskultur beschäftigen.

- ➔ **Einige Programmpunkte**
- ▲ Einführung in Grundgedanken marxistischer Faschismustheorien
- ▲ Lektüre und Diskussion von Textausschnitten ausgewählter marxistischer Autor*innen
- ▲ Besuch der Gedenkstätte Buchenwald
- ▲ Lektüre von Textausschnitten von Autoren des Instituts für Sozialforschung



Die Cevennen

Ort der Zuflucht und des Widerstands

01. - 07. Juni 2025

- Chateau de Cabrières, St. Jean du Gard
- ➔ Kosten & Leistungen
880,- Euro im Doppelzimmer (1050,- Euro im Einzelzimmer), enthält Übernachtung mit Halbpension, Eintritte und Führungen.



Die Cevennen

Die Cevennen waren während des Zweiten Weltkriegs ein Ort der Zuflucht für viele Verfolgte des Nazi-Regimes, Jüdinnen und Juden, Antifaschist*innen aus Deutschland und auch aus Spanien, darunter viele, die in den internationalen Brigaden gekämpft hatten.

Dass es so oft erfolgreich gelang, die Exilant*innen vor dem Zugriff der Vichy-Polizei und der Nazis zu schützen, lag an der breiten Unterstützung aus der Bevölkerung und einer Landschaft, die geprägt ist von vereinzelt gelegenen Gehöften. Das konnte sich die Résistance zunutze machen. An historischen Orten und in Gesprächen mit lokalen Initiativen, die sich mit der französischen Geschichte zur Zeit des Nationalsozialismus auseinandersetzen, wird das Schicksal der

Fotos: Annie Le Buntebad



Einwohner*innen, Exilant*innen und Widerstandskämpfer*innen in der Region thematisiert.

➔ Einige Programmpunkte

- ▲ Die Cevennen – Geschichte einer Region der Zuflucht 1940-44. Vorträge und Besuch einiger Orte
- ▲ Résistance in den Cevennen mit einer Wanderung auf den Wegen der Widerstandskämpfer
- ▲ Besuch im Musée du Désert (Zeit der Hugenottenverfolgung) und im Maison rouge (Leben und Alltag in den Cevennen)

Fürstenberg an der Havel

Eine Stadt in drei politischen Systemen

02. - 06. Juni 2025

- Kulturgasthof Alte Reederei, Fürstenberg/ Havel
- ➔ Kosten & Leistungen
640,- Euro im Doppelzimmer (760,- Euro im Einzelzimmer), enthält Halbpension, Programm vor Ort, Eintritte und Führungen.

Foto: Peter Witmann



Fürstenberg an der Havel

Fürstenberg/Havel liegt 80 Kilometer nördlich von Berlin eingebettet zwischen drei Seen. Die Wasserstadt ist das Tor zur Mecklenburgischen Seenplatte. Vieles ist einzigartig, aber auch übertragbar auf andere Orte und andere Menschen. In Fürstenberg/Havel gibt es viele Geschichten zu erzählen und ihre Orte zu sehen. Zum Beispiel die Mahn- und Gedenkstätte auf dem Gelände des ehemaligen KZ Ravensbrück, die Spuren der Stationierung von 30.000 sowjetischen Soldaten und die Folgen der Treuhanda-Abwicklungen.

Aus den Geschichten werden Fragen. Wie haben sich die Einwohner zum KZ verhalten und wie ist es heute? Wie war das Verhältnis zwischen den Soldaten und

den Fürstenbergern? Welche Zukunftsentwicklungen hat diese Stadt?

➔ Einige Programmpunkte

- ▲ Führung und Gespräche in der Mahn- und Gedenkstätte Ravensbrück
- ▲ Das ehemalige KZ und die Gedenkstätte im Stadtbild und im Bewusstsein der Bürger*innen
- ▲ Gespräche mit Zeitzeug*innen zu den Jahren 1945-1990
- ▲ Radtour durch die Stadt und deren Umgebung
- ▲ Kanutour mit historischen Betrachtungen



Den Haag –

Politik und Wirtschaft in den Niederlanden

23. - 27. Juni 2025

- Skotel The Hague, Den Haag
- ➔ Kosten & Leistungen
720,- Euro im Doppelzimmer (850,- Euro im Einzelzimmer), enthält Frühstück, Programm vor Ort, inklusive Fahrt nach Rotterdam

Foto: alireza-parpaei/unsplash



Politik & Wirtschaft in den Niederlanden

Wie sieht eigentlich das politische System der Niederlande aus? Wie setzen sich die parlamentarischen Institutionen in Den Haag zusammen? Welche Rolle spielen die Niederlande in der EU? Wie geht das Nachbarland mit seiner kolonialen Geschichte um? Während eines Exkursionstags in Rotterdam wird das Thema »koloniale Vergangenheit – die Niederlande als ehemalige maritime Weltmacht« vertieft.

Alle diese Themen werden mit Expert*innen aus Politik, Gewerkschaften und Verbänden diskutiert.

➔ Einige Programmpunkte

- ▲ Stadtrundgang in Den Haag unter historisch-politischen Aspekten
- ▲ Kolonialgeschichtlicher Rundgang durch Den Haag
- ▲ Rotterdam: das »Wereld Museum« – wie aktuell die koloniale Erinnerung dargestellt wird
- ▲ Aktuelle soziale, ökonomische und ökologische Konflikte in den Niederlanden: Rolle der Gewerkschaften und der Zivilgesellschaft



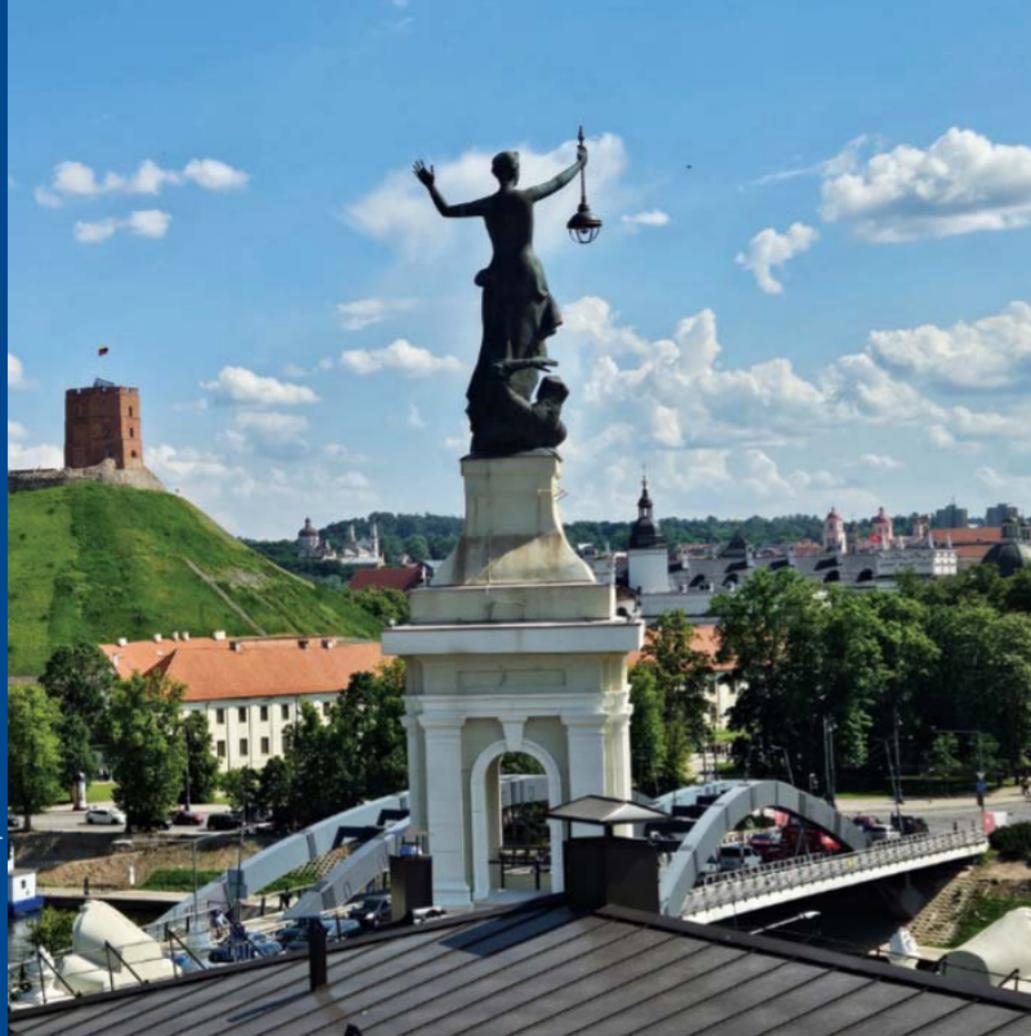
Litauen –

Erinnerungspolitiken an der EU-Außengrenze

22. - 28. Juni 2025

- Rinno Hotel, Vilnius und Metropolis Hotel, Kaunas
- ➔ Kosten & Leistungen
770,- Euro im Doppelzimmer (Einzelzimmer 890,- Euro), inklusive Halbpension, Programm vor Ort

Foto: Stephanie Geisler



Erinnerungskulturen in Litauen

Mahnmal bei Fort IX in Kaunas.



Mehr als 80 Jahre nach der Okkupation Litauens durch Wehrmacht und SS baut die Bundeswehr dort nun einen dauerhafte NATO Stützpunkt auf. Das Bildungsurlaubsseminar in Vilnius und Kaunas nimmt dies zum Anlass, des Holocausts zu gedenken und nach der Erinnerungsarbeit an die deutsche und sowjetische Okkupation in Litauen zu fragen. Diese ist nicht konfliktfrei und bräuchte auf bundesdeutscher wie litauischer Seite mehr Engagement.

In Begegnung mit Einzelpersonen und Gruppen, die sich ihrerseits für eine aktive Gedenkkultur und Menschenrechte einsetzen, erfahren die Teilnehmer*innen eine differenzierte Sicht auf die litauische Erinnerungskultur.

- ➔ **Einige Programmpunkte**
- ▲ Besuch des Holocaust Museum (Green-House) und Okkupationsmuseums in Vilnius
- ▲ Jüdische Geschichte in Vilnius
- ▲ Das Fort IX in Kaunas als Erinnerungsort
- ▲ Besuch des Social Centers in Kaunas (LGTBQ/ Feministische Bewegung und Angriffe von Rechts)

Graz

Antifaschistischer Widerstand und aktuelle linke Kommunalpolitik

06. - 12. Juli 2025

- B&B Hotel Graz Hbf
- ➔ Kosten & Leistungen
850,- Euro im Doppelzimmer (Einzelzimmer
950,- Euro), inklusive Halbpension, Programm
vor Ort

In Kooperation mit der Rosa-Luxemburg-Stiftung NRW



Foto: pixabay



In diesem Bildungsurlaub soll es darum gehen, am Beispiel der Stadt Graz zunächst einen Blick in die politische Geschichte Österreichs im 20. Jahrhundert zu richten. Welche Auswirkungen hatte der spezielle Austrofaschismus, der »Anschluß« an das nationalsozialistische Deutschland für die österreichische Gesellschaft insbesondere im Hinblick auf Verfolgung und Ermordung von Jüd*innen und Menschen im Widerstand? Welche Rolle spielte der kommunistische Widerstand – und welche Rolle hatte die KPÖ in der Nachkriegszeit in Österreich?

Heute erzielt die KPÖ in den Städten Graz und Salzburg Aufsehen erregende kommunalpolitische Erfolge. Wie sich diese linke Kommunalpolitik entwickelt hat –

und welche Faktoren relevant sein können für eine antifaschistisch gegründete sozial gerechte Politik vor Ort, werden wir in diesem Bildungsurlaub mit kommunalpolitischen Vertreter*innen in Graz diskutieren.

➔ Einige Programmpunkte

- ▲ »Graz von unten«: zur Geschichte der sozialen Bewegungen in der Stadt
- ▲ Besuch der Gedenkstätte »Lager Liebenau«
- ▲ Gespräche mit Vertreter*innen der KPÖ in Graz
- ▲ Die Siedlung Grünanger – gelungene kommunale Wohnungsbaupolitik
- ▲ Leoben – Landwirtschaft und Montanwirtschaft in der Steiermark



Das gibts doch gar nicht...

Ein Bildungsurlaub in Bielefeld

25. - 29. August 2025

- Jugendgästehaus, Bielefeld
- ➔ Kosten & Leistungen
500,- Euro im Doppelzimmer (600,- Euro im Einzelzimmer), inklusive Halbpension, Programm vor Ort

Foto: Hamaimbo/Weltthaus Bielefeld e.V.



Ein Bildungsurlaub in Bielefeld

Natur, Kultur und Geschichte rund um den Teutoburger Wald stehen im Mittelpunkt des fünftägigen Bildungsurlaubs. Ostwestfalen-Lippe wird sowohl durch größere attraktive Städte als auch durch eine reich strukturierte, vielfältige Natur- und Kulturlandschaft geprägt. Dort befinden sich viele kleine geschichtsträchtige Orte sowie ökologisch intakte Naturräume, die dazu einladen, auf Entdeckungsreise zu gehen.

Einige Orte und Landschaften dieser Region werden mit dem Fahrrad erkundet. Die Routen führen über bestens ausgebaute, leicht zu bewältigende und verkehrsarme Radwege und streifen dabei viele sehenswerte Zeugnisse der Geschichte dieser Region.

Ravensberger Spinnerei,
Foto: Kai Sievers



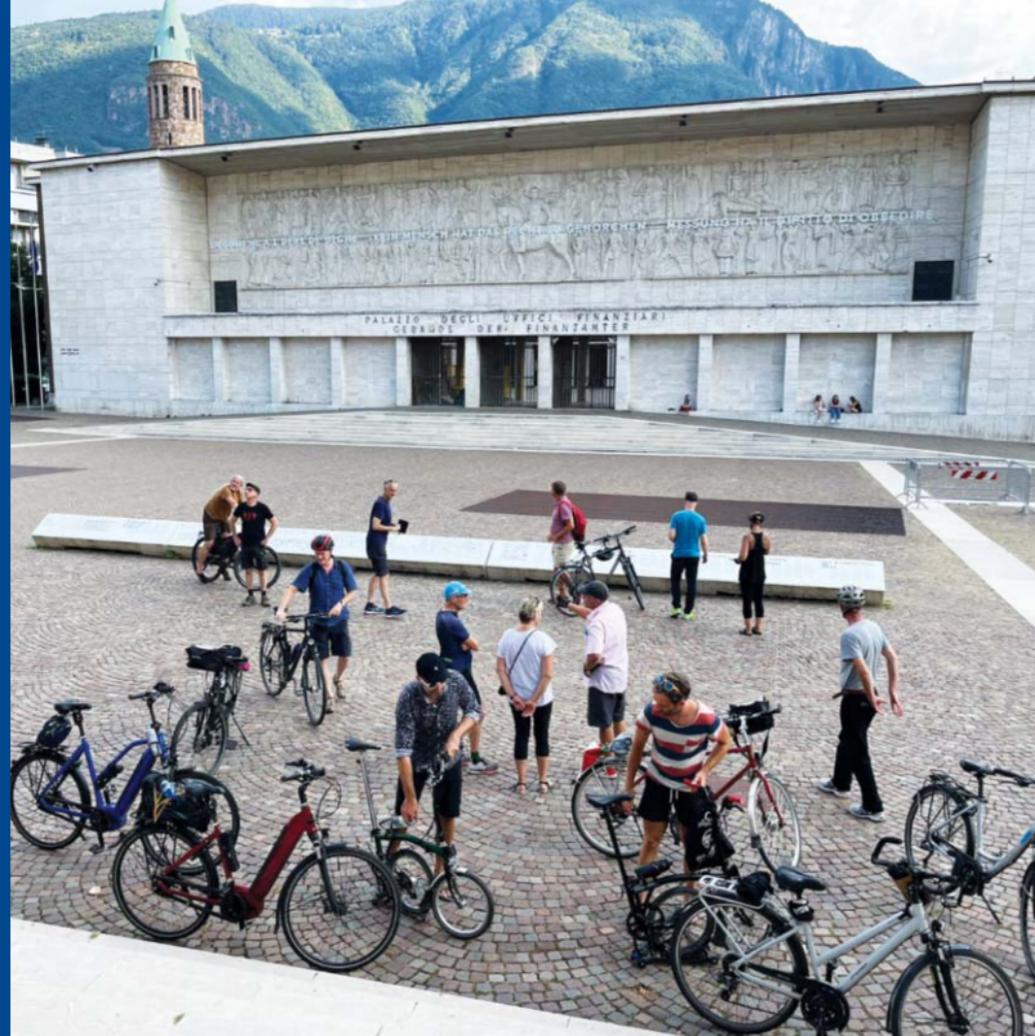
- ➔ **Einige Programmpunkte**
- ▲ Bielefeld: auf den Spuren der Textilindustrie und Fahrradindustrie und ihrer Geschichte
- ▲ Radsport in Bielefeld: Die Geschichte der Radrennbahn
- ▲ Wanderarbeit im 19. Jahrhundert: das Ziegeleimuseum in Lage
- ▲ Global Goals Radweg, ein Projekt zur globalen Nachhaltigkeit des Welthaus Bielefeld
- ▲ Besuch des ehemaligen Stalag 326 – aktueller Stand der Konzeption einer nationalen Gedenkstätte

Bella Ciao! Südtirol und Oberitalien zwischen Faschismus, NS-Terror und Widerstand

30. August - 06. September 2025

- Hotels/ Hostels in Brixen, Bozen, Rovereto, Verona
- ➔ Kosten & Leistungen
770,- Euro im Doppelzimmer (Einzelzimmer 900,- Euro), Frühstück, 3 x Halbpension, alle Führungen, Programm vor Ort

Bozen. Foto: Marcel Flöth



Dieses Bildungsurlaubsprogramm widmet sich der Geschichte und den aktuellen Entwicklungen in der Region Südtirol.

An Gedenkorten und in Zusammenarbeit mit Expert*innen sowie den ANPI – Organisationen (Associazione Nazionale Partigiani d'Italia), werden die Themen italienischer Faschismus & deutscher Nationalsozialismus in Italien, die Zeit der deutschen Besetzung Italiens und die sog. »Repubblica Sociale« sowie die Bedeutung des Partisanenwiderstandes thematisiert. Fragen zur Bedeutung des Südtiroler Autonomiestatutes für das friedliche Zusammenleben unterschiedlicher Kultur- und Sprachgruppen werden ebenso eine Rolle spielen wie der aktuelle Zustand der Republik Italien unter der Regierung Meloni.



- ➔ **Einige Programmpunkte**
- ▲ Geschichte der Region Südtirol/ Alto Adige unter politischen und soziologischen Aspekten
- ▲ Geschichte der Stadt Bozen unter besonderer Berücksichtigung der NS-Terrorherrschaft von 1943-1945
- ▲ Italienisierungspolitik der Region
- ▲ Der italienische Widerstand gegen die deutsche Besatzungspolitik
- ▲ Die Organisation des Partisanenverbandes ANPI
- ▲ Die sog. »Republik von Salo / Repubblica Sociale« und die deutsche Herrschaft in Norditalien

Widerstand und Verfolgung in Frankreich zur Zeit der NS-Besat- zung in der Region Drôme/Dieulefit

14. - 20. September 2025

- L'Auberge de l'Escargot d'Or, Dieulefit
- ➔ Kosten & Leistungen
750,- Euro im Doppelzimmer (Einzelzimmer
850,- Euro), inklusive Halbpension, Programm
vor Ort

Dieulefit. Foto: Ulrike Heusinger von Waldegge



NS-Besatzung in der Region Drôme/Dieulefit

Die Region Drôme und die Stadt Dieulefit im Süden Frankreichs sind bekannt für ihren Widerstand gegen jegliche staatliche Verfolgung. Angefangen von den Hugenotten im 16. Jahrhundert bis zum bemerkenswerten zivilen Widerstand gegen die Kollaboration im Vichy-Regime und gegen den Naziterror in der Zeit der deutschen Okkupation lebt in dieser Region eine Widerstandstradition, die bis heute anhält.

Das bemerkenswerteste Beispiel ist Dieulefit, eine kleine Stadt mit rund 3.000 Einwohner*innen, die während der Zeit der nationalsozialistischen Besatzung über 1.000 Flüchtlinge und Verfolgte hat schützen, verstecken und ernähren können. Durch Besichtigungen und Besuche vor Ort entsteht ein lebendiges

Bild dieser ungewöhnlichen Region und ihres Widerstands.

- ➔ **Einige Programmpunkte**
- ▲ Ziviler Widerstand zur Zeit der Okkupation
- ▲ Hermann Nuding/ Ella Rumpf:
Zwei Deutsche in der Resistance
- ▲ Beauvallon: Eine Reform-Schule wird zum sicheren Ort im Exil
- ▲ Der protestantische Widerstand:
Geschichte der Hugenotten in Poët-Laval
- ▲ Dieulefit und die Region Drôme heute – soziale, kulturelle Aspekte und die Integration von Migrant*innen.



Thessaloniki

Erinnerungen an die deutsche
Besatzung Griechenlands

21. - 26. September 2025

- Parkhotel, Thessaloniki
- ➔ Kosten & Leistungen
770,- Euro im Doppelzimmer (Einzelzimmer
890,- Euro), inklusive Halbpension,
Programm vor Ort

Umbrellas von George Zongolopoulos. Foto: adamtepl / pixabay



Erinnerungen an die deutsche Besatzung

Der weisse Turm:
Foto: S. Geisler



Holocaust-Mahnmal
Foto: M. Schreiber



Über 300.000 Menschen fielen in Griechenland dem Besatzungsregime der Nationalsozialisten zum Opfer, neun von zehn Jüdinnen und Juden wurden in Vernichtungslager deportiert. Erst nach dem Ende der Militärdiktatur zu Beginn der 1970er Jahre begann eine öffentliche Auseinandersetzung mit der Zeit der deutschen Besatzung. Aspekte der Geschichte, die mit einer griechischen Identität in Konflikt treten können, wie beispielsweise Fragen der Kollaboration mit den Nazis und die Deportation der griechischen Jüdinnen und Juden, sind dabei bis heute umstritten.

In Thessaloniki mit seiner jahrhundertelangen jüdischen Geschichte können die Konflikte in der griechischen Erinnerungskultur im städtischen Raum

erfahren werden. Seit dem 100. Geburtstag der Stadt unter griechischer Herrschaft 2012 erhielt die Auseinandersetzung mit der Geschichte der deutschen Okkupation und des Holocaust mehr Aufmerksamkeit.

➔ Einige Programmpunkte

- ▲ Stadtrundgang zur jüdischen Geschichte und zum Holocaust mit der Historikerin Rena Molho
- ▲ Besuch der Kleinstadt Choriatis und des Mahnmals zur Erinnerung an das Massaker der Wehrmacht an der Zivilbevölkerung des Dorfes
- ▲ Treffen mit erinnerungspolitischen Initiativen

»Wessen morgen ist der Morgen?«

Politische Lieder singen
und ihre Geschichte erkunden

22. - 26. September 2025

- Akademie Waldschlösschen, Gleichen
- ➔ Kosten & Leistungen
660,- Euro im Doppelzimmer (Einzelzimmer
720,- Euro), inklusive Vollpension, Programm vor
Ort, bei Bedarf Kinderbetreuung

In Kooperation mit der Rosa-Luxemburg-Stiftung NRW



Foto: jan_meeus / unsplash



Politische Lieder singen

In Arbeiter- und Protestliedern wird der Wut auf Unterdrückung und Ausbeutung und der Hoffnung auf eine friedliche, bessere Welt emotional Ausdruck verliehen. Sie erfüllen damit eine wichtige Funktion für die sozialen Bewegungen, aus denen sie hervorgehen.

Unter musikalischer Begleitung werden wir Arbeiter- und Protestlieder aus verschiedenen Ländern und Zeiten singen und ihre Geschichte kennenlernen. Wir möchten uns darüber austauschen, welche Funktion das Singen solcher Lieder für uns persönlich hat und welche Erfahrungen wir damit bei Demonstrationen oder Protestaktionen gemacht haben. Es muss weder perfekte Gesangstechnik noch Arbeiterbewegungspathos, sondern lediglich Lust zu singen und Neugier

auf bekannte und unbekannte Arbeiter- und Protestlieder mitgebracht werden.

- ➔ **Einige Programmpunkte**
- ▲ Buchvorstellung »Wessen Morgen ist der Morgen: Arbeiterlied und Arbeiterkämpfe in Deutschland« durch den Autor Kai Degenhardt
- ▲ Singen von Arbeiter- und Protestliedern aus verschiedenen Jahrhunderten unter wechselnder musikalischer Begleitung
- ▲ Gespräche mit politischen Liedermacher*innen
- ▲ Politische Lieder in der Gegenwart



In Balance zwischen Arbeits- und Lebenswelt

Bildungsurlaub auf Spiekeroog

28. September - 3. Oktober 2025

- Haus Barmen, Spiekeroog
- ➔ Kosten & Leistungen
600,- Euro im Doppelzimmer (650,- Euro im Einzelzimmer), enthält Halbpension, Programm vor Ort

Foto: rcarmen keuper / unsplash



In Balance zwischen Arbeits- & Lebenswelt

In Zeiten steigender Anforderungen sowohl im Arbeitsleben als auch im alltäglichen Leben und sozialen Kontexten wollen wir uns in diesem Bildungsurlaub auf der Insel Spiekeroog die Zeit nehmen, einen Blick hinter die eigenen Kulissen zu werfen. Was sind Antreiber in beiden Welten, wo ziehe ich Kraft und Motivation und welche Stressfaktoren gibt es – auch ganz persönlich für mich. Wie ist es um meine eigene Resilienz und mein eigenes Zeitmanagement bestellt? Welche Kompetenzen habe ich schon und welche fehlen mir noch, wenn mir in meinem privaten oder beruflichen Alltag Menschen in Stresssituationen begegnen?

Wir werden uns sowohl mit Arbeitsabläufen, Strukturen und Planungen beschäftigen wie mit

eigenen Handlungsmöglichkeiten. Phasen der Reflexion und Entspannung runden das Seminar ab.

➔ Einige Programmpunkte

- ▲ Zeitmanagement: wo bestimme ich selbst über meine Zeit
- ▲ Selbstverantwortung – Selbstfürsorge bezogen auf die berufliche Situation
- ▲ Selbstorganisation und Steuerung – Prioritäten festlegen und Entscheidungen treffen
- ▲ Stressbewältigung: Vorstellung und Einübung verschiedener Methoden zur Stressbewältigung

Foto: petra raid /
unplash



Foto: unplash



Fluchtort Lissabon

05. - 11. Oktober 2025

- Hotel Empire, Lissabon
- ➔ Kosten & Leistungen
950,- Euro im Doppelzimmer (Einzelzimmer
1150,- Euro), inklusive Halbpension,
Programm vor Ort

Foto: Willi Kulke



Fluchtort Lissabon

Ab 1933 verfolgten die Nationalsozialisten jüdische und zahlreiche andere Menschen. Viele flohen. Mit dem Beginn des Krieges wurde die Lage der Flüchtlinge in westlichen Ländern Europas immer prekärer. Die deutschen Besatzer kontrollierten die Häfen am Atlantik und am Mittelmeer. Eine Flucht auf andere Kontinente war nur noch über Marseille und Lissabon möglich. Die portugiesische Regierung verweigerte die benötigten Visa. Der portugiesische Konsul in Bordeaux, Aristides Sousa Mendes, setzte sich jedoch über dieses Verbot hinweg und unterschrieb zahlreiche Einreisegenehmigungen.

In Lissabon steht die Geschichte dieses außergewöhnlichen Konsuls im Mittelpunkt des Programms –

wie die portugiesische Geschichte in der Zeit der Diktatur insgesamt. Der Blick richtet sich auch in die Gegenwart. Zu der gehört, dass Lissabon boomt und viele Bewohner*innen aus der Stadt getrieben werden, weil sie sich die Mieten nicht mehr leisten können.

➔ Einige Programmpunkte

- ▲ Das Leben der Flüchtlinge in Lissabon, Estoril und Ericeira während der NS-Zeit
- ▲ Besuch des Museu do Aljube – Geschichte der Salazar-Diktatur und des Widerstands
- ▲ Lissabon, die gentrifizierte Stadt
- ▲ Auf den Spuren der Nelkenrevolution

Museu do Aljube. Fotos:
Willi Kallier



Baskenland - Bearn

Geschichte, Kultur und Politik in der Grenzregion zwischen Frankreich und Spanien

12.- 18. Oktober 2025

- Hotel Bourbon in Pau und Casual de las Olas in San Sebastian
- ➔ Kosten & Leistungen
870,- Euro im Doppelzimmer (980,- Euro im Einzelzimmer), enthält Halbpension, Programm vor Ort, Fahrt nach San Sebastian

Foto: rafel / adobe stock





Béarn liegt im französischen Teil des Baskenlands an der Südspitze der Biskaya am Atlantik. Die Gegend war während des Nationalsozialismus ein Fluchtpunkt für Verfolgte. Darüberhinaus zog die Gegend schon immer Freigeister und Humanisten an. Zu diesen zählte der Schriftsteller Heinrich Mann. Er ist den Nazis über die Fluchtroute der Pyrenäen entkommen. Dies war vor allem der Aktivität des Netzwerkes von Varian Fry zu verdanken.

Von Pau und San Sebastián aus starten Exkursionen unter anderem ins Internierungslager Gurs und nach Gernika (Guernica).

- ➔ **Einige Programmpunkte**
- ▲ Stadtführung Pau. Village Emmaüs: Vortrag und Diskussion über Armut in Frankreich
- ▲ Exkursion ins ehemalige Internierungslager Gurs
- ▲ Fahrt ins Bergdorf Lescun, Lesung aus Heinrich Manns »Henri IV«
- ▲ Stadtrundgang San Sebastián, Einführung in die aktuelle Situation der Basken
- ▲ Gernika (Guernica): Besuch des Museums, Stadtführung

Teutoburger Wald – Im Fokus rechter Mythenbildung

Eine antifaschistische Wanderwoche

13. - 17. Oktober 2025

- Jugendherberge, Detmold
- ➔ Kosten & Leistungen
600,- Euro im Doppelzimmer (660,- Euro im Einzelzimmer) inklusive Vollpension,
Programm vor Ort

Teutoburger Wald, Foto: Hannah Herborn



Teutoburger Wald

Der Teutoburgerwald und die Region Ostwestfalen-Lippe nehmen in der Geschichte des deutschen Rechts-Extremismus eine besondere Rolle ein. Im Bildungsurlaub möchten wir uns wandernd gemeinsam diesen Orten und Geschichten nähern: Wie erklärt sich zum Beispiel die Mythologisierung der Externsteine? Neben historischen Zugängen zum Thema sollen ebenfalls aktuelle Bezüge zu extrem rechten Strukturen und Akteur*innen in der Region aufgezeigt werden.

Einige der Programmpunkte werden wir von Detmold aus per Wanderung durch den schönen Teutoburger Wald erreichen. Auch wenn es einige Hügel zu erklimmen gilt, können die Strecken auch von ungeübten Wandersleut* bewältigt werden. Entfernter gelegene

Programmpunkte werden per ÖPNV beziehungsweise gechartertem Bus erreicht.

- ➔ **Einige Programmpunkte**
- ▲ Historisch-politische Stadtführung durch Detmold
- ▲ Besuch der Externsteine und des Hermannsdenkmals
- ▲ Besuch der Erinnerungs- und Gedenkstätte Wewelsburg 1933 - 1945 inklusive Führung
- ▲ Besuch der Gedenkstätte Stalag 326 in Stukenbrock-Senne
- ▲ Austausch mit Personen, die sich vor Ort gegen rechte Strukturen engagieren



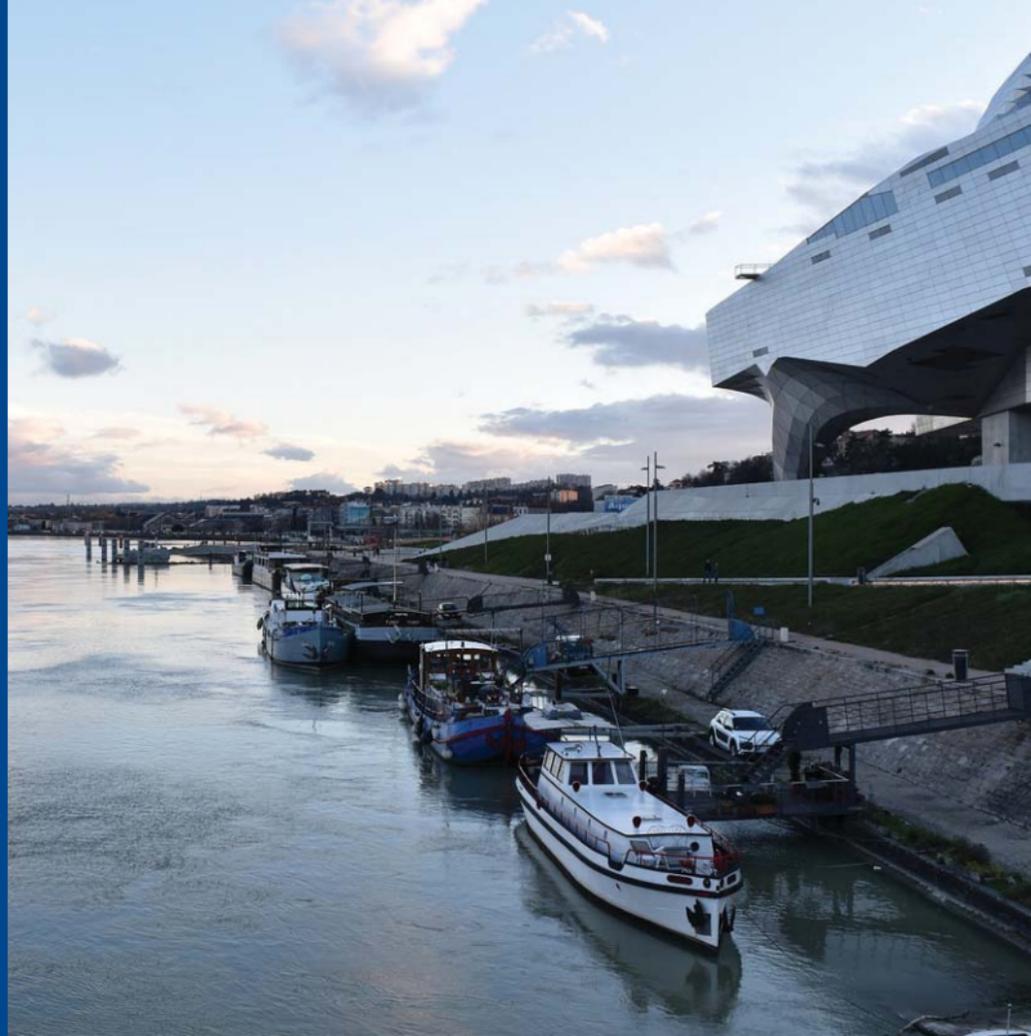
Lyon

Zentrum der Résistance in Südfrankreich
während des Nationalsozialismus

19. - 25. Oktober 2025

- Hotel: Ethic Etapes – CISL
- ➔ Kosten & Leistungen
760,- Euro im Doppelzimmer (860,- Euro im Einzelzimmer) inklusive Halbpension,
Programm vor Ort

Foto: pixabay



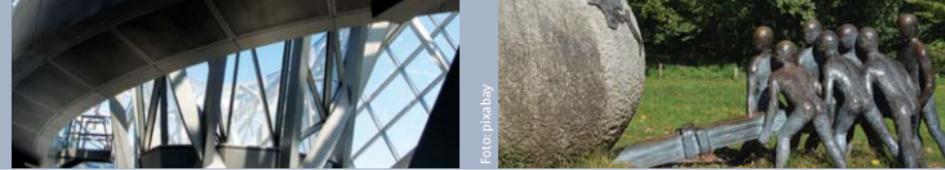
Lyon war während des Zweiten Weltkriegs das Zentrum des Widerstands gegen die Besetzung Frankreichs durch die Nationalsozialisten. Fluchthilfe-Organisationen arbeiteten von Lyon aus und eine breite Streikbewegung gegen die Zwangsarbeit hatte dort ihren Ausgangspunkt. Zahlreiche Menschen konnten in Lyon und Umgebung im Untergrund versteckt und zum Teil auch gerettet werden – gleichzeitig konzentrierten sich die Repressionsmassnahmen der Besatzungsmacht in dieser Region. Beispielhaft für die brutale Verfolgung der Juden ist der Mord an den Kindern und ihren Betreuerinnen im Waisenhaus von Izieu.

Welche aktuelle Bedeutung Lyon als kulturelles, wirtschaftliches und vor allem gastronomisches

Zentrum im Süden Frankreichs hat, erfahren die Seminarteilnehmer*innen durch Museumsbesuche und Stadtrundgänge.

➔ Einige Programmpunkte

- ▲ Die Résistance in Lyon während der Besetzung
- ▲ Besichtigungen: Mémorial National »Prison de Montluc«, »Centre d'Histoire de la Résistance et de la Déportation«, »Maison d'Izieu«, Gedenkstätte für die ermordeten jüdischen Kinder
- ▲ Gespräch mit La CIMADE über die aktuelle Situation der Flüchtlinge in Frankreich



Unsere Bildungsurlaube sind außergewöhnlich.

Unsere Bildungsurlaube liegen jenseits des Mainstreams. Mit Herzblut suchen wir schöne Orte und spannende Themen aus.

Dies bedeutet aber auch, dass niemand den Komfort einer Pauschalreise erwarten kann. Unsere Bildungsurlaube sind immer ein kleines Abenteuer. So kann es auch schon mal Programmänderungen geben. Unsere Bildungsurlaube leben von der aktiven Beteiligung der Teilnehmer*innen.

Wenn Sie Lust haben, sich darauf einzulassen, werden Sie Menschen und Themen kennenlernen, denen Sie vielleicht in ihrem Alltag nicht begegnen würden.

Die ganze Information zu unseren Bildungsurlauben als pdf finden Sie auf unserer Website www.aul-herford.de in der Rubrik »Bildung unterwegs« (oder scan QR-Code)



Wir haben eine Geschichte.

Arbeit und Leben ist eine Kooperation des Deutschen Gewerkschaftsbundes mit den Volkshochschulen. Unter den Eindrücken des Nationalsozialismus begann diese Zusammenarbeit mit dem Ziel, politische Mitsprache von Arbeitnehmer*innen in der jungen Demokratie durch Bildung zu fördern. Vor diesem Hintergrund ist eine demokratische, antifaschistische und gewerkschaftliche Haltung Grundpfeiler unserer Arbeit.

Wir haben einen Standpunkt.

Wir sind nicht neutral. Unsere Angebote für Betriebsräte, Personalräte und Mitarbeitervertretungen sollen Arbeitnehmer*innen stärken, ihre Interessen im Betrieb und in der Gesellschaft aktiv zu vertreten.

Darüber hinaus wollen wir die Meinungsbildung und Mitsprachemöglichkeiten aller Menschen im Sinne einer lebendigen Demokratie fördern. Dabei arbeiten wir als gemeinnütziger Verein nicht profitorientiert.



Foto: Ralph Bittner

Marseille | Cevennen | Den Haag | Thessaloniki | Bielefeld | Teutoburger Wald |
Litauen | Lyon | Fürstenberg an der Havel | Graz | Baskenland |
Lissabon | Südtirol | Spiekeroog | Dieulefit und mehr

Online schauen und anmelden: www.aul-herford.de

**Arbeit und
Leben**

HERFORD DGB/VHS e.V.