

Sehr geehrte\*r Teilnehmer\*in bzw. Interessent\*in des Bildungsurlaubs  
**"Resilienz : gesunde Belastbarkeit"**  
20. - 25. Sep 2026 auf JUIST !

die VHS Göttingen Osterode und ich als Dozent freuen uns über Ihr Interesse an diesem Seminar! Da ich als Kursleiter mit allen Gegebenheiten auf der schönen Insel Juist und natürlich auch inhaltlich mit dem Seminar bestens vertraut bin, haben wir beschlossen, dass organisatorische und inhaltliche Fragen von mir direkt beantwortet werden - aus diesem Grund erhalten Sie dieses Infoschreiben von mir als Kursleiter.

Dies Seminar findet zentral gelegen im Seminarraum im „Haus des Kurgastes“ statt, das direkt am Turm mittig (Foto) des Hauptortes an der >Strandpromenade liegt, inklusive Meerblick und 5 Min. Fußweg zum Strand und zur Nordsee! **Es ist so ein Genuss, täglich diese frische gesunde jodhaltige Meeresluft zu atmen!**



Aus organisatorischen und rechtlichen Gründen kann sich jede\*r Teilnehmer\*in seine/Ihre Unterkunft auf Juist selbst aussuchen und buchen, d.h. Zimmer und Verpflegung von preiswert bis luxuriös nach eigenen Wünschen auswählen. Es gibt div. Hotels und viele Pensionen mit/ohne Frühstück, bzw. Lokale oder Supermärkte zum Einkaufen, wenn Sie sich lieber selbst etwas zubereiten möchten. Oft gehen aber auch Teilnehmer\*innen zusammen essen.



Außerhalb der Seminarzeiten kann jede\*r alles selbst nach Wunsch entscheiden und gestalten. Auch die Möglichkeit, ein paar zusätzliche Tage vor und nach dem Seminar auf „Töwerland“ zu verbringen, wäre gegeben. Sie können eher anreisen oder später abreisen, z.B. das folgende Wochenende noch vor Ort bleiben.

### **Zur Anreise:**

Auf [www.juist.de](http://www.juist.de) ist sehr viel Information zu finden, z.B. auch im Menü der Punkt "Anreise zur Insel/Fahrpläne". Die Anreise per Bahn ist zu empfehlen, da der Zug bis direkt zur Fähre auf der Mole in Norddeich fährt, mit Fahrticket auf [www.bahn.de](http://www.bahn.de) buchbar. Aber auch mit Pkw kann über Norddeich angereist werden. Täglich gibt es eine oder zwei tidenabhängige Hauptfähren (90 Min.) und mehrere kleine Schnellfähren (60 Min.) Bei Pkw Anreise gibt es nahe zur Fähre viele Parkplätze auf den großen Stellflächen. Bitte beachten Sie, extra Zeit vor Abfahrt der Fähre für die Wege zum und vom Parkplatz einzuplanen! - Bitte informieren Sie sich rechtzeitig über Ihre möglichen Fährverbindungen etc. und buchen diese wenn möglich vorher online. – Offene Fragen zur Anreise gerne mir direkt mailen.



### **Zur Zimmersuche:**

Alle Infos mit Gastgeberverzeichnis (auch downloadbar) auf [www.juist.de](http://www.juist.de) !  
Kurverwaltung Service: als Email : [zv@juist.de](mailto:zv@juist.de) – oder Telefon 04935-809810

Folgende Vorgehensweise wird empfohlen:

1. Bitte melden Sie sich zunächst bei der VHS Göttingen für das Seminar an, (bei Fragen vorher mit mir Kontakt aufnehmen, am besten per @.) Mit der Anmeldebestätigung erhalten Sie eine Bildungsurlaubsbescheinigung zur Vorlage bei Ihrem Arbeitgeber zur Beantragung von Bildungsurlaub.
2. Nach erfolgter Anmeldung können Sie sich ein Zimmer suchen und zunächst reservieren, bis Sie von der VHS erfahren, dass es genügend Anmeldungen gibt und der BU durchgeführt wird. Alternativ ist eine Reiserücktrittsversicherung (zB Ergo) abschliessbar. Keine Sorge, es ist noch nie ausgefallen.
3. Unterrichtszeiten:  
Sonntag: 19 – ca 21 h Begrüßungs-Sitzung  
Montag – Donnerstag: 9-12.30 / 14-17.30 h (bzw. nach Absprache)  
Freitag: 9 - ca 13 Uhr

Sollten Sie weitere Fragen haben, emailen Sie mir gerne direkt.  
Falls Sie nicht über Email verfügen, können Sie mich auch gerne anrufen.

Mit herzlichem Gruß - auch im Namen der VHS Göttingen !

Cord Cordes  
Diplom-Pädagoge, Trainer, Dozent & Coach  
[www.cc-lebenskunst.de](http://www.cc-lebenskunst.de)  
[cordes.hb@gmx.de](mailto:cordes.hb@gmx.de)  
0421-77795  
0175-7758242  
Ingelheimer Str.12  
28199 Bremen