Bildungswerk Stenden · Werdener Str. 4 · 40227 Düsseldorf

Frau / Herr

bildungswerk stenden
politisch. weiter. bilden.

Eine Einrichtung des
Neue Gesellschaft Niederrhein e.V.

Mitteilung für den Arbeitgeber
(§ 5 Abs. 1 AWbG)

Name Vorname

Straße Nr. PLZ Ort

Ich Ich beantrage Bildungsurlaub, da ich beabsichtige, an folgender Bildungsveranstaltung des Bildungswerk Stenden teilzunehmen:

Stressbewältigung durch Achtsamkeit - MBSR - im Kloster Seminar-Nr.: 224H002		
Ort:	53925 Kall-Steinfeld	
Beginn/Ende:	04.04.2022	08.04.2022
Unterrichtsstunden:	40 Unterrichtsstunden gesamt	
Seminarleitung:	Ingrid Hartings	
Zielgruppe:	Alle interessierten Bürgerinnen und Bürger	
Unterrichtsinhalte:	· Achtsamkeitsübungen im Liegen, Gehen und Sitzen (Meditation) · sanfte Yoga- und Dehnübungen · Kurzvorträge und Gruppengespräche zur Stressentstehung und persönlichen Stressbewältigung	
Unterrichtsziele:	· Verbesserung der Fähigkeit, sich zu entspannen · Anwendung der Achtsamkeitspraxis im beruflichen Alltag	

Diese Mitteilung ergeht unter dem Vorbehalt, dass die Mindest-Teilnahmezahl erreicht wird und die Veranstaltung durchgeführt werden kann.
Die Bildungsveranstaltung ist nach § 9 AWbG anerkannt.

Bildungswerk Stenden
Werdener Str. 4
40227 Düsseldorf

Datum Stempel und Unterschrift der Bildungseinrichtung

Anerkennung als Einrichtung der Arbeitnehmerweiterbildung nach §10 AWbG beim zuständigen Ministerium unter Aktenzeichen 48.06.06.01.13.04.

Datum Unterschrift der/des Beschäftigten

LQW
con!flex
Qualitätstestiert bis 13.06.2025