



**bildungswerk  
stenden**  
politisch. weiter. bilden.

Bildungswerk Stenden • Kavalleriestr. 12 • 40213 Düsseldorf

Frau / Herr

Eine Einrichtung des  
Neue Gesellschaft Niederrhein e.V.

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

Name \_\_\_\_\_ Vorname \_\_\_\_\_

Straße Nr. \_\_\_\_\_ PLZ \_\_\_\_\_ Ort \_\_\_\_\_

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

|                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                  |            |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| <b>Aktive Stressbewältigung mit Yoga und Meditation für Beruf und Alltag – im Kloster</b><br><b>Seminar-Nr.: 244H007</b> |                                                                                                                                                                                                  |            |
| Ort:                                                                                                                     | 53925 Kall-Steinfeld                                                                                                                                                                             |            |
| Beginn/Ende:                                                                                                             | 17.06.2024                                                                                                                                                                                       | 21.06.2024 |
| Unterrichtsstunden:                                                                                                      | 40 Unterrichtsstunden gesamt                                                                                                                                                                     |            |
| Seminarleitung:                                                                                                          | Sabine Steenaerts                                                                                                                                                                                |            |
| Zielgruppe:                                                                                                              | Alle interessierten Bürgerinnen und Bürger                                                                                                                                                       |            |
| Unterrichtsinhalte:                                                                                                      | - Yoga und Meditation in Bewegung<br>- Atem- und Konzentrationsübungen für gezielte Stressbewältigung und mehr Fokus in Beruf und Alltag<br>- Eigene Grenzen wahrnehmen und respektieren         |            |
| Unterrichtsziele:                                                                                                        | - Beweglichkeit, Flexibilität und Wohlbefinden für Körper und Geist stärken<br>- Nachhaltige Entspannung und Gelassenheit entwickeln für mehr innere Stärke und Widerstandskraft am Arbeitsplatz |            |

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  
Kavalleriestr. 12  
40213 Düsseldorf

\_\_\_\_\_  
Datum

\_\_\_\_\_  
Stempel und Unterschrift der Bildungseinrichtung

Anerkennung als Einrichtung der Arbeitnehmerweiterbildung nach §10 AWbG beim zuständigen  
Ministerium unter Aktenzeichen 48.06.01.13.04.

\_\_\_\_\_  
Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift der/des Beschäftigten