



## 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> <b>Seminar-Nr.: 264H009</b>		
Ort:	53925 Kall-Steinfeld	
Beginn/Ende:	29.06.2026	03.07.2026
Unterrichtsstunden:	35 Unterrichtsstunden gesamt	
Seminarleitung:	Uta Tuttlies	
Zielgruppe:	Interessierte ab 18 Jahre	
Unterrichtsinhalte:	- Yoga und Meditation in Bewegung - Atem- und Konzentrationsübungen für gezielte Stressbewältigung und mehr Fokus in Beruf und Alltag - Eigene Grenzen wahrnehmen und respektieren	
Unterrichtsziele:	- Beweglichkeit, Flexibilität und Wohlbefinden für Körper und Geist stärken - 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