



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:

Aktive Stressbewältigung mit Yoga und Meditation für Beruf und Alltag – im Kloster		
Seminar-Nr.: 264H011		
Ort:	53925 Kall-Steinfeld	
Beginn/Ende:	05.10.2026	09.10.2026
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 48.06.06.01.13.04.

Datum _____

Unterschrift der/des Beschäftigten

