



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:

Mit mir im Einklang - Yoga und Persönlichkeitsentwicklung für den Berufsalltag		
Seminar-Nr.: 274901		
Ort:	40213 Düsseldorf	
Beginn/Ende:	08.03.2027	12.03.2027
Unterrichtsstunden:	35 Unterrichtsstunden gesamt	
Seminarleitung:	Petra Fleuth	
Zielgruppe:	Interessierte ab 18 Jahren	
Unterrichtsinhalte:	• Persönlichkeitsentwicklung: Selbstreflexion, Selbstwahrnehmung, Ressourcen, Grenzen, Bedürfnisse und Selbstwirksamkeit • Yoga und Körperarbeit: Asanas, Atemübungen, Meditation und Entspannung zur Förderung von Körperbewusstsein, Stressregulation und innerer Balance	
Unterrichtsziele:	• Die Teilnehmenden erweitern ihre Fähigkeit, eigene Ressourcen, Bedürfnisse und Belastungsgrenzen wahrzunehmen und daraus bewusstes Handeln für den Berufsalltag abzuleiten. • Die Teilnehmenden erlernen und erproben körper- und achtsamkeitsorientierte Methoden, mit denen sie Stress regulieren, ihre Selbstwirksamkeit stärken und ihre berufliche Handlungsfähigkeit erhalten können.	

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

