



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

Name _____ Vorname _____

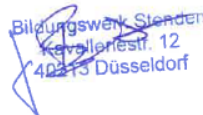
Straße Nr. _____ PLZ _____ Ort _____

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

Bewegungswoche im Kloster - Yoga und Meditation für mehr Power im Beruf		
Seminar-Nr.: 274H010		
Ort:	53926 Kall-Steinfeld	
Beginn/Ende:	13.12.2027	17.12.2027
Unterrichtsstunden:	37 Unterrichtsstunden gesamt	
Seminarleitung:	Uta Tuttlies	
Zielgruppe:	Interessierte ab 18 Jahren	
Unterrichtsinhalte:	• Praktische Methoden aus Yoga, Meditation, Atemtechniken und Naturerfahrung zur Förderung von Entspannung, Gesundheit und innerer Balance. • Auseinandersetzung mit persönlichen Ressourcen, Stressbewältigung, Resilienz sowie dem bewussten Umgang mit eigenen Grenzen und Erholungsbedürfnissen.	
Unterrichtsziele:	• Die Teilnehmenden erweitern ihre Kompetenzen zur Stressregulation und lernen, durch gezielte Übungen mehr Gelassenheit und innere Stabilität im Berufsalltag zu entwickeln. • Die Teilnehmenden reflektieren ihre persönlichen Kraftquellen und Belastungsmuster und entwickeln individuelle Strategien für mehr Balance und eine bewusste Neuausrichtung.	

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.



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

