

# Ablaufplan



## Bildungsurlaub: Waldbaden und Achtsamkeit für mehr Stärke im (Berufs-)Alltag

Diese Reise beinhaltet Waldbaden und Achtsamkeitsübungen in der besonderen Atmosphäre des schwedischen Winters, mit Hundeschlittenfahren, Übernachten im Iglu und Polarlichtersuche. Die Teilnehmenden trainieren ihre Resilienz und mentale Stärke, um mit den Herausforderungen dieser Reise positiv umgehen zu können. Die theoretischen und praktischen Trainingseinheiten zu Achtsamkeit und Mentaltraining in der Natur übertragen sie im Bildungsurlaub auf Herausforderungen in ihrem Alltag und wie sie diese mit mehr Stärke bewältigen können.

**Zielgruppe:** Der Bildungsurlaub richtet sich an Menschen, die im Beruf hohe psychische Belastungen und Anforderungen haben, zum Beispiel in medizinischen, therapeutischen, pädagogischen und beratenden Berufen und an Kursleiter\*innen für Waldbaden, die ihre Kenntnisse und Fertigkeiten vertiefen wollen.

## Mitteilung für den Arbeitgeber

Die Deutsche Akademie für Waldbaden und Gesundheit veranstaltet das Seminar  
**” Naturerlebnis Schweden - Waldbaden und Achtsamkeit für mehr Stärke im (Berufs-)Alltag”**

Ich: \_\_\_\_\_

Wohnhaft in: \_\_\_\_\_

nehme für diese Ausbildung Bildungsurlaub in Anspruch.

Die Unterlagen zu der Bildungsveranstaltung (Inhalt mit Zielgruppe, Lernziele, Lerninhalte, zeitlicher Ablauf) finden Sie im anhängenden Flyer.

In folgenden Bundesländern ist das Seminar als Bildungsurlaub (5 Tage Bildungsurlaub) anerkannt

- Baden-Württemberg (AZ: 12c13-6002-61 vom 15.01.2021 unbefristet)
- Berlin (AZ: II A75-124568, bis 01.02.2026)
- Brandenburg (AZ: 46.P-57591, bis 07.02.2024)
- Hamburg (unbefristet anerkannt lt. § 15 Abs. 1 HmbBUG)
- Niedersachsen (AZ: B24-123910-57, bis 31.12.2026)
- Nordrhein-Westfalen (keine Anerkennung lt. §9 AWbG mehr als 500 km Entfernung)
- Rheinland-Pfalz (AZ: 7774/0399/24, bis 01.02.2026)
- Saarland (unbefristet anerkannt lt. § 6 Abs. 2 SBFG)
- Schleswig-Holstein (AZ: WBG/B/31294, bis 07.02.2024)

In allen weiteren Bundesländern ist das Seminar noch im Antragsverfahren.

**Ausnahmen sind Bayern und Sachsen dort ist Bildungsurlaub nicht möglich.**

Deutsche Akademie für  
Waldbaden und Gesundheit  
Kellereistraße 1  
67487 St. Martin

Tel. 06341 - 70 900 50  
info@waldbaden-akademie.com  
www.waldbaden-akademie.com



Stempel & Unterschrift DAWG

\_\_\_\_\_  
Unterschrift Teilnehmer\*in

Deutsche Akademie für Waldbaden und Gesundheit

Kellereistraße 1 • 67487 St. Martin • Tel.: 06323 80 898-30 • Fax.: 06323 80 898-59

[www.waldbaden-akademie.com](http://www.waldbaden-akademie.com) • [info@waldbaden-akademie.com](mailto:info@waldbaden-akademie.com)