

Ablaufplan



Bildungsurlaub: Stressprävention und mehr Stärke für Körper und Psyche im herausfordernden (Berufs-)Alltag mit Achtsamkeit in der Natur und Kneipp

In diesem Bildungsurlaub "Stressprävention und mehr Stärke für Körper und Psyche im herausfordernden (Berufs-)Alltag mit Achtsamkeit in der Natur und Kneipp" erfahren die Teilnehmenden was Stress ist, wie er entsteht und sich negativ auf den Körper und die Gesundheit auswirkt. Oft werden erste Warnsignale des Körpers in einem herausfordernden Alltag nicht mehr wahrgenommen und Erschöpfungszustände bis hin zu einem Burnout schränken das Leben fortan ein. Das Ziel dieser Bildungswoche ist, Stressoren rechtzeitig zu erkennen und mit der Lehre von Dr. Kneipp sowie Achtsamkeit in der Natur eigenverantwortlich zum Erhalt von Gesundheit und Leistungsfähigkeit beizutragen. Sie werden eine vollkommen neue Verbindung zur Natur und sich selbst mit all Ihren Organismen aufbauen und Ihre Kraft und Lebendigkeit hautnah erleben und spüren. Sie erhalten zudem wertvolle Tipps zur effektiven Rückfallprophylaxe mit Hilfe der vielen Übungen und dem umfangreichen Skript und verschiedenen Handouts. Wir gehen auch der Frage nach, welche Auswirkungen die dauerhafte Überforderung für unsere Gesellschaft und unser Umfeld hat.

Mitteilung für den Arbeitgeber

Die Deutsche Akademie für Waldbaden und Gesundheit veranstaltet das Seminar „**Bildungsurlaub: Stressprävention und mehr Stärke für Körper und Psyche im herausfordernden (Berufs-)Alltag mit Achtsamkeit in der Natur und Kneipp**“

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 anerkannt

- Baden-Württemberg (AZ: 12c13-6002-61, unbefristet)
- Berlin (AZ: II A72-122036, bis 11.06.2025)
- Brandenburg (AZ: 46.14-57506, bis 11.10.2024)
- Bremen (AZ: 23-17 2022/408, gültig bis 22.05.2024)
- Hamburg (AZ: HI 43-3/406-07.5, 59585, gültig bis 26.06.2025)
- Hessen (AZ: III7-55n-4145-1436-24-0659, bis 14.04.2026)
- Niedersachsen (B22-116982-62 bis 31.12.2024)
- NRW (AZ: 48.06.01-328 unbefristet)
- Rheinland-Pfalz (AZ: 7774/2662/22, gültig bis 04.09.2024)
- Saarland (unbefristet anerkannt lt. § 6 Abs. 2 SBFG)
- Sachsen-Anhalt (AZ: 207-53502-2023-1024, gültig bis 11.12.2025)
- Schleswig-Holstein (AZ: WBG/B/27709, gültig bis 30.07.2024)
- Thüringen (AZ: 23-0342-3995 unbefristet)

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



Deutsche Akademie für Waldbaden und Gesundheit

Tel. 06341 - 70 800 50
info@waldbaden-akademie.com
www.waldbaden-akademie.com

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

www.waldbaden-akademie.com • info@waldbaden-akademie.com

Ablaufplan



Bildungsurlaub: Stressprävention und mehr Stärke für Körper und Psyche im herausfordernden (Berufs-)Alltag mit Achtsamkeit in der Natur und Kneipp

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 • info@waldbaden-akademie.com