

# Ablaufplan

## “Resilienztraining durch Wandern auf historischen Pilgerwegen”



Um unser Leben trotz aller Widrigkeiten positiv zu gestalten und aus Krisen unbeschadet hervorzugehen, benötigen wir Resilienz, welche sich aus Widerstandskraft, Belastungsfähigkeit und Flexibilität zusammensetzt. Natur-Resilienz-Training nutzt die gesundheitsfördernde Atmosphäre der Natur. In Vorträgen, Gruppen- und Einzelübungen werden die Resilienzurzeln erkundet und weiterentwickelt, um Herausforderungen im Berufsalltag besser zu bewältigen. Der Aufenthalt in der Natur und die Bewegung fördern dabei die Erholung und stärken die Gesundheit. Die Wanderung findet auf einem historischen Pilgerweg statt. Sie beinhaltet die Auseinandersetzung mit Geschichte und Kultur des Pilgerns und der Regionalentwicklung und Impulsen für unser heutiges resilientes Leben.

Religiöse Betätigungen oder religiöse Inhalte sind nicht Teil der Veranstaltung.

**Zielgruppe:** Teilnehmende mit hohen physischen und psychischen Belastungen im Beruf zur ganzheitlichen Verbesserung des eigenen Stressmanagement und der Stressprävention. Für Teilnehmende aus gesundheitsfördernden, pädagogischen, therapeutischen, sozialen, medizinischen, beratenden Berufen und in leitenden Positionen auch zur Vermittlung, Anleitung, Reflexion und Weitergabe der Inhalte im Rahmen der beruflichen Tätigkeit empfohlen

## Mitteilung für den Arbeitgeber

Die Deutsche Akademie für Waldbaden und Gesundheit veranstaltet den **Bildungsurlaub “Resilienztraining durch Wandern auf historischen Pilgerwegen”**

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 (anerkannt lt. §10 Abs.3 BzG BW AZ: 12c13-6002-61, Unbefristet)
- Hamburg - Für Veranstaltungen, die in Hamburg noch nicht anerkannt sind, kann der Arbeitnehmer beim Arbeitgeber eine Freistellung nach §15 Abs. 1 BiUrlG HA beantragen und den Anerkennungsbescheid eines anderen Bundeslandes vorlegen. Diesen erhalten Sie auf Anfrage beim Bildungsträger.
- NRW (anerkannt lt. §9 Abs.1 Satz 2 i.V.m. §10 AWbG AZ: 48.06.01-328, Unbefristet)
- Rheinland-Pfalz (AZ: 7774/2766/25, bis 05.09.2027)
- Saarland (anerkannt lt. § 6 Abs. 7 Satz 1 SBFG, Unbefristet)
- Sachsen-Anhalt (AZ: 207-53502-2025-575, bis 10.09.2025)

In allen weiteren Bundesländern ist das Seminar noch im Antragsverfahren oder nicht anerkannt.

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

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

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

Stempel & Unterschrift DAWG

Unterschrift Teilnehmer\*in