Ablaufplan

Stressprävention und mehr Stärke für Körper und Psyche im herausfordernden (Berufs-)Alltag durch Achtsamkeit in der Natur und tiergestützte Intervention

In diesem Bildungsurlaub erfahren Sie was Stress ist, wie er entsteht und sich negativ auf Ihren Körper und 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 in dieser achtsamen Woche ist, Stressoren rechtzeitig zu erkennen und auf Basis wissenschaftlicher Erkenntnisse (Waldbaden nach Shinrin Yoku) eigenverantwortlich zum Erhalt von Gesundheit und Leistungsfähigkeit beizutragen. Durch Tiergestützte Interventionen lassen sich stressfördernde Verhaltensmuster in der Selbstreflexion erkennen und Sie werden sie dadurch nachhaltig verändern können. Naturaufenthalte allgemein, tragen zum Erhalt der Leistungsfähigkeit, mehr Innerer Stärke in Beruf und Alltag bei.

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 tiergestützter Intervention“

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)
- Berlin (AZ: II A72-122034, bis 07.05.2025; ab 14.07.2025 AZ: II A7 Ref1-129409, bis 13.07.2027)
- Brandenburg (AZ: 45.16-62637, bis 05.09.2025; AZ: 45.16-63397, bis 20.11.2026)
- Bremen (AZ: 23-17 2025/157, bis 13.04.2027)
- Hamburg (AZ: HI 43-3/406-07.5, 60979, gültig bis 02.07.2026)
- Hessen (AZ: III7-55n-4145-1436-24-0474, bis 24.04.2026)
- Niedersachsen (AZ: B25-130779-78, bis 31.12.2027)
- NRW (anerkannt lt. §9 Abs.1 Satz 2 i.V.m. §10 AWbG AZ: 48.06.01-328)
- Rheinland-Pfalz (AZ: 7774/2488/24, bis 01.09.2026)
- Saarland (unbefristet anerkannt lt. § 6 Abs. 7 Satz 1 SBFG)
- Sachsen-Anhalt (AZ: 207-53502-2023-1031 bis 04.12.2025)
- Thüringen (AZ: 27-0342-3996, unbefristet)

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. 06323 80 898 30
info@waldbaden-akademie.com
www.waldbaden-akademie.com

_____ _____
Stempel & Unterschrift DAWG Unterschrift Teilnehmer*in