

# Ablaufplan

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

In diesem Bildungsurlaub 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, dem umfangreichen Skript und verschiedenen Handouts.

## **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

- Berlin (AZ: II A72-122036, bis 11.06.2025; ab 23.06.2025 AZ: II A7-129411, bis 22.06.2027)
- Brandenburg (AZ: 46.14-59848, bis 21.11.2025)
- Bremen (AZ: 23-17 2024/578, bis 06.10.2026)
- Hamburg (AZ: HI 43-3/406-07.5, 59585, bis 29.06.2028)
- Hessen (AZ: III7-55n-4145-1436-24-0659, bis 14.04.2026)
- Niedersachsen (AZ: B25-130776-50, bis 31.12.2027)
- Rheinland-Pfalz (AZ: 7774/2756/24, bis 06.10.2026)
- Saarland (anerkannt lt. § 6 Abs. 7 Satz 1 SBFG, Unbefristet)
- Sachsen-Anhalt (AZ: 207-53502-2023-1024, gültig bis 11.12.2025)
- Schleswig-Holstein (AZ: WBG/B/32894, bis 30.09.2026)
- Thüringen (AZ: 23-0342-3995 unbefristet)

In **Baden-Württemberg** ist die Deutsche Akademie für Waldbaden und Gesundheit als Bildungseinrichtung nach § 10 Abs.3 BzG BW (AZ: 12c13-6002-61) anerkannt.

In **Nordrhein-Westfalen** ist die Deutsche Akademie für Waldbaden und Gesundheit nach § 10 AWbG (AZ: 48.06.01-328) als Einrichtung der Arbeitnehmerweiterbildung anerkannt. Laut §9 AWbG sind Veranstaltungen nur bis maximal 500 km Entfernung vom NRW anerkannt.

# Ablaufplan

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

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](http://www.waldbaden-akademie.com)



Stempel & Unterschrift DAWG

Unterschrift Teilnehmer\*in