

Bildungsurlaub mit Heike

Bildungsurlaub – das ist der gesetzlich verbrieft Anspruch auf Weiterbildung für Arbeitnehmer/innen während der Arbeitszeit. Vielen noch nicht bekannt und darum noch wenig genutzt ist das Recht, anerkannte Seminare während der Arbeitszeit zu besuchen und sich dafür beurlauben zu lassen.

Näheres dazu findest du [hier](#).

Im besten Fall bekommst du neben der Freistellung den Bildungsurlaub auch noch bezahlt. Frag einfach in Deiner Personalabteilung oder den Menschen, der sich bei euch um Personal-Angelegenheiten kümmert.

Natürlich muss der Zeitpunkt für den Bildungsurlaub passen. Es findet sich in jeder Firma jedoch sicher eine Möglichkeit.

Yoga und Meditation sind als Entspannungstechniken und als Vorsorgemaßnahme bei Burnout von den Krankenkassen offiziell anerkannt.

Über die Bildungseinrichtung: Evangelische Landjugendakademie Altenkirchen im schönen Westerwald gelegen. In direkter Nachbarschaft gibt es den Parc de Tarbes, wo man durch die Natur streifen kann; auch Wanderwege erreicht man fussläufig.

Der Link zum Bildungsurlaubsangebot findest du [hier](#).

Meditation und Yoga – komm zu Ruhe und Kraft in Altenkirchen

Es erwartet dich ein sanfter Einstieg in Yoga und Meditation. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig.

Die Termine sind 28.03. – 01.04.2022 und 26.09.-30.09.2022

Die Anmeldung erfolgt ausschließlich über die Evangelische Landjugendakademie.

Wenn du Fragen hast, ruf mich gerne an oder schreib an: info@heikes-erfahrungsraum.de