

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: IndiTO Bonn – hierüber ist der Bildungsurlaub buchbar. [indito.de](https://www.indito.de)

Über diesen Link gelangst Du direkt zu meinem Bildungsurlaubsangebot : [indito.de/seminardetails/?T=7738](https://www.indito.de/seminardetails/?T=7738)

Meditation und Yoga – Stressbewältigung und Resilienz im Beruf

Es erwartet dich ein sanfter Einstieg in Yoga und Meditation. Grundkenntnisse in Yoga und Meditation sollten vorhanden sein.

Der Termin ist 22.-26.09.2025

Die Anmeldung erfolgt ausschließlich über indiTo Bonn. Sobald Du über indiTo gebucht hast, schreibe mir eine E-Mail und ich sende Dir die Kontaktdaten zur Buchung der Unterkunft.

Der Bildungsurlaub findet statt in Renesse im Hotel De Zeeuwsestromen. Es befindet sich direkt hinter den Dünen an einem ruhigen Strandabschnitt.

<https://www.zeeuwsestromen.nl/de/>

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