

Rebecca Lewitz
Postfach 11 15
53903 Zülpich

Ihr Antrag vom
02.04.2023

Aktenzeichen
1213/103642

Datum
05.04.2023

Bearbeitet von
Andrea Poos

E-Mail
poos@aewb-nds.de

Durchwahl Tel. · Fax
0511/300 330 329/-380

Anerkennung von Bildungsveranstaltungen nach dem Niedersächsischen Bildungsurlaubsgesetz (NBildUG)

Sehr geehrte Damen und Herren,

die nachstehend aufgeführte Veranstaltung wird gem. § 10 Abs. 1 NBildUG anerkannt. Die Anerkennung gilt auch für alle weiteren Veranstaltungen gleicher Art, die Sie vom genannten Termin an durchführen wollen. Die Anerkennung endet am 31.12.2025.

Zur inneren Ruhe zurückkehren

VA-Nr.(Ifd. Nr.) B23-121392-79
Veranstaltungstermin: 18.09.2023 - 20.09.2023
Veranstaltungsort: Online

Das Programm per Mail vom 05.04.2023, das meiner Entscheidung zugrunde liegt, erkläre ich für verbindlich. Die Ausschreibung muss den Inhalt des Programms wiedergeben.

Der themenbezogene Praxisanteil wird wie beantragt anerkannt und darf ein Viertel der Veranstaltungsdauer nicht übersteigen.

Diese Veranstaltung wird als Online- oder Hybridform anerkannt.

Die Kriterien, die für eine Präsenzveranstaltung zu erfüllen sind, gelten auch für Online- oder Hybridkurse.

Es müssen folgende Voraussetzungen vollumfänglich erfüllt werden:

- 1) Die Veranstaltung muss fünf, mindestens drei aufeinanderfolgende Tage dauern.
- 2) Der Mindestarbeitsumfang muss hier 8 Unterrichtsstunden je 45 Minuten erreichen.
- 3) Geeignete virtuelle Unterrichtsräume mit entsprechenden Medien werden genutzt.
- 4) Der Unterricht wird live (in Echtzeit) online/hybrid durchgeführt.
- 5) Die Interaktion zwischen Kursleitung und Teilnehmenden ist jederzeit gegeben.

Bitte beachten Sie die nachstehenden Anforderungen:

Anmelde- und Teilnahmebestätigung

Stellen Sie niedersächsischen Teilnehmenden für die Vorlage bei der Arbeitgeberin/beim Arbeitgeber vor Beginn der Veranstaltung eine formlose Anmeldebestätigung mit Titel, Veranstaltungstermin, Veranstaltungsort, Az./Veranstalturnummer, VA-Nr.(Ifd.Nr.) und Bescheid-Datum aus.

Nach Abschluss der Veranstaltung bestätigen Sie den Teilnehmenden, die Bildungsurlaub in Anspruch genommen haben, den regelmäßigen Besuch mit der beigefügten Teilnahmebestätigung.

Meldepflichtige Änderungen

Änderungen und Abweichungen der anerkannten Veranstaltung sind meldepflichtig. Dies betrifft Änderungen des Titels, der Lernziele, der Inhalte, der Arbeitszeiten oder der Dauer der Veranstaltung.

Berichtspflicht

Für einmalig anerkannte Veranstaltungen erhalten Sie nach Beendigung einen Link zur Berichtslegung.

Für mehrjährig anerkannte Veranstaltungen erhalten Sie den Link nach dem 31.03. des Folgejahres.

Für alle gestellten Anträge können Sie Ihre Berichte auch in Ihrem geschützten Account eingeben.

Wenn Sie in Papierform berichten verwenden Sie bitte den Berichtsbogen, der dieser Anerkennung beigefügt ist.

Bitte berichten Sie ebenfalls über den Ausfall Ihrer Veranstaltung oder über die Durchführung ohne freigestellte niedersächsische Arbeitnehmende.

Mit freundlichen Grüßen

Im Auftrag



Andrea Poos

Stundenplan Veranstaltung:

Zur inneren Ruhe zurückkehren

Die praktischen Entspannungsanteile nehmen in den 3 Tagen 265 Minuten ein.

Tag	UE	Uhrzeit	Thema
1	1 - 2	09:00 Uhr – 10:30 Uhr	<ul style="list-style-type: none"> - Einführung in das Thema - Übersicht des Seminars - Einführung in die Entspannungsmethoden - Übung AT (20 Min)
		10:30 Uhr – 10:45 Uhr	Pause
	3-4	10:45 Uhr – 12:15 Uhr	<ul style="list-style-type: none"> - Stresstest - Was passiert bei kurzfristigen, langfristigen (chronischem) Stress? - Wie können Sie von einem stressigen in ein ausgeglichenes Leben zurückkehren? - Keine Zeit – Gründe und Hintergründe - Atemübungen (10 Min)
		12:15 Uhr – 12:45 Uhr	Pause
	5-6	12:45 Uhr – 14:15 Uhr	<ul style="list-style-type: none"> - Keine Zeit – Gründe und Hintergründe -
		14:15 Uhr – 14:30 Uhr	Pause
	7-8	14:30 Uhr – 16:00 Uhr	<ul style="list-style-type: none"> - PMR, Body Scan, Fantasiereise (75 Min) - Evaluation

Tag	UE	Uhrzeit	Thema
2	1 - 2	09:00 Uhr – 10:30 Uhr	<ul style="list-style-type: none"> - Sind Fragen vom Vortag offen? - Wie geht es den Teilnehmern? - Pausen, Entspannung, Ernährung - Übungen aktive Pause
		10:30 Uhr – 10:45 Uhr	Pause
	3-4	10:45 Uhr – 12:15 Uhr	<ul style="list-style-type: none"> - Zuwendung und Entspannung - Negative Fokussierung - Konstruktive Umstrukturierung - Atemübung (10 Min)
		12:15 Uhr – 12:45 Uhr	Pause
	5-6	12:45 Uhr – 14:15 Uhr	<ul style="list-style-type: none"> - Handlungsorientierung - Selbstinstruktionen -
		14:15 Uhr – 14:30 Uhr	Pause
	7-8	14:30 Uhr – 16:00 Uhr	<ul style="list-style-type: none"> - AT, Body Scan, Fantasiereise (75 min) - Evaluation

Tag	UE	Uhrzeit	Thema
3	1 - 2	09:00 Uhr – 10:30 Uhr	<ul style="list-style-type: none"> - Sind Fragen vom Vortag offen? - Wie geht es den Teilnehmenden?

			<ul style="list-style-type: none"> - Freizeit Bestandsaufnahme: Heute – unter Belastung Früher – ohne Belastung Ihr persönliches Ergebnis
		10:30 Uhr – 10:45 Uhr	Pause
	3-4	10:45 Uhr – 12:15 Uhr	<ul style="list-style-type: none"> - Austausch darüber, wie Entspannung in den Alltag integriert werden kann - Was ist notwendig, damit dies gelingt? - Was sollte dafür verändert werden?
		12:15 Uhr – 12:45 Uhr	Pause
	5-6	12:45 Uhr – 14:15 Uhr	<ul style="list-style-type: none"> - Lachen Sie den Stress weg. - Das wäre doch gelacht - Das innere Lächeln - Der innere Helfer - Teilnehmer schreiben für sich auf, was sie aus den 3 Tagen für sich mitnehmen
		14:15 Uhr – 14:30 Uhr	Pause
	7-8	14:30 Uhr – 16:00 Uhr	<ul style="list-style-type: none"> - AT o. PMR nach Wunsch der Teilnehmer, Body Scan, Fantasiereise (75 Min) - Evaluation