

## Mitteilung für den Arbeitgeber

Der Verein EssLust e.V. führt vom ..... bis zum ..... den Bildungsurlaub

**„mindful at work – Resilienz und Achtsamkeit stärken“**

durch.

Ich,.....

wohnhaft in .....

beanspruche für diese Bildungsveranstaltung Bildungsurlaub.

Das Seminar gilt als beruflicher Bildungsurlaub für den Zeitraum von Montag bis Freitag anerkannt u. a. in

- **Niedersachsen (VA-Nr.: B24-126990-84 bis zum 31.12.2026)**
- **Schleswig-Holstein (GZ: WBG/B/34528 bis zum 30.04.2027)**

In **Hamburg (HI-43-2/406-07.5, 61403 bis zum 15.08.2026)** und **Thüringen (27-0342-4810 unbegrenzt)** unter dem Titel:

**„Aufbaumodul Gesundheit: mindful at work – Resilienz und Achtsamkeit stärken“**

Und in **Hessen (Az.: III7-55n-4145-1566-24-1770 bis zum 11.08.2026)** unter dem Titel:

**„Mindful at work – Resilienz und Achtsamkeit stärken. Gesellschaftspolitischer Perspektivwechsel: Achtsamkeit und deren Wirkung für den beruflichen Alltag“**

*C. Kapahnke-Blaase*

Unterschrift des Veranstalters  
Claudia Kapahnke-Blaase

Unterschrift des Teilnehmenden