

Bescheinigung für die Bildungsfreistellung

(zur Vorlage beim Arbeitgeber)

„Damit im Ehrenamt die Puste nicht ausgeht – Stressmanagement als Selbstfürsorge“

Seminarnummer: 2020 072
Seminardatum: vom 18.05.2020 bis 19.05.2020
Veranstaltungsort: Medienkompetenzzentrum
Reichardtstraße 8
06114 Halle

Halle (Saale), 18.12.2019

Inhalt:

Nicht nur im Arbeitsleben, auch im Ehrenamt kann Stress auftreten. Wer sich für eine Sache, einen Verein oder ein Projekt freiwillig engagiert, kann dazu neigen, sich zu übernehmen und auszubrennen. Damit die Leidenschaft für das Engagement nicht verloren geht, braucht es auch hier Techniken der Selbstfürsorge. Im Kurs geht es um Erfahrungsaustausch und um das Erlernen von Skills.

Diese Veranstaltung ist gemäß Bescheid des Landesverwaltungsamts Sachsen-Anhalt

unter dem **Aktenzeichen: 207-53502-2019-945**

nach § 8 des Bildungsfreistellungsgesetzes vom 4.3.1998 (GVBl. LSA S. 92), zuletzt geändert durch Artikel 11 des Gesetzes zur Neuordnung der Landesverwaltung vom 17.12.2003 (GVBl. LSA S.352, 355) anerkannt.

Die Teilnahme an Schulungen, Seminaren und Veranstaltungen im MKZ ist durch eine beschränkte Teilnehmeranzahl nur nach vorheriger Anmeldung möglich. Diese Anmeldung muss in schriftlicher Form als Brief, per Fax oder im Internet erfolgen. Eine Teilnahmebescheinigung wird am letzten Schultag ausgehändigt. Eine Übersicht aller aktuell angebotenen Schulungen ist online unter **www.phanomedia.de** abrufbar.

Vielen Dank!

Mit freundlichen Grüßen

Matthias Schmidt
Bereichsleiter Medienkompetenzvermittlung