

Medienanstalt Sachsen-Anhalt |  
Geschäftsstelle Reichardtstraße 9 | 06114 Halle (Saale)

# Medienanstalt Sachsen-Anhalt

Anstalt des öffentlichen Rechts

GESCHÄFTSSTELLE  
Reichardtstraße 9  
06114 Halle (Saale)

T 0345 5255 0  
F 0345 5255 121  
E [info@medienanstalt-sachsen-anhalt.de](mailto:info@medienanstalt-sachsen-anhalt.de)

MEDIENKOMPETENZZENTRUM  
Reichardtstraße 8  
06114 Halle (Saale)

T 0345 5213 0  
F 0345 5213 111

BANKVERBINDUNG  
Deutsche Kreditbank AG  
DE79 1203 0000 0000 8927 60  
BYLADEM1001

Saalesparkasse  
DE98 8005 3762 1894 0292 98  
NOLADE21HAL

[www.medienanstalt-sachsen-anhalt.de](http://www.medienanstalt-sachsen-anhalt.de)

## Bescheinigung für die Bildungsfreistellung (zur Vorlage beim Arbeitgeber)

„NEU: Nie wieder Ärger und Stress“

Seminarnummer: 2024 246  
Seminardatum: vom 03.12.2024 bis 03.12.2024  
Veranstaltungsort: Medienkompetenzzentrum  
Reichardtstraße 8  
06114 Halle

Halle (Saale), 24.06.2024

### Inhalt:

Dass Sie sich nie wieder ärgern kann ich leider nicht versprechen, aber vielleicht ärgern Sie sich nach dem Seminar weniger oft, oder zumindest weniger intensiv. Ärger und der dadurch im Körper ausgelöste Stress rauben uns wertvolle Energie, die wir sinnvoller einsetzen könnten. Im Workshop werden verschiedene Strategien und Ansätze vorgestellt - vielleicht ist genau das Richtige für Sie dabei.

Diese Veranstaltung ist gemäß Bescheid des Landesverwaltungsamts Sachsen-Anhalt

unter dem **Aktenzeichen: 207-53502-2024-910**

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](http://www.phanomedia.de) abrufbar.

Vielen Dank!

**Mit freundlichen Grüßen**

**Matthias Schmidt**  
Bereichsleiter Medienkompetenzvermittlung