

## VERBINDLICHE ANMELDUNG

### EINWILLIGUNGSERKLÄRUNG

Personenbezogene Daten werden unter der Beachtung gesetzlicher Bestimmungen nur im Rahmen der jeweiligen Fortbildung und unter den damit verbundenen Regelungen erhoben. Ich willige ein, dass meine personenbezogenen Daten über die Fortbildung hinaus verarbeitet werden und für weitere informative Zwecke genutzt werden. Diese Einwilligung kann ich jederzeit widerrufen.

Ich erkenne die obigen Einwilligungserklärung an.\*

Ja

nein

(\* verpflichtend für die Seminarteilnahme)

### UNTERSCHRIFT

Mit meiner Unterschrift erkenne ich die Teilnahmebedingungen der Bildungsakademie BiS an und bestätige meine verbindliche Anmeldung. Die Widerrufsbelehrung habe ich zur Kenntnis genommen.

\_\_\_\_\_  
Datum / Unterschrift

### KONTAKT

**BILDUNGS-AKADEMIE BIS**

**HOFKAMP 102**

**42103 WUPPERTAL**

**TEL. 0202-7476588-20**

**FAX 0202-7476588-10**

**MAIL [INFO@BIS-AKADEMIE.DE](mailto:INFO@BIS-AKADEMIE.DE)**

**WWW.BIS-AKADEMIE.DE**

## TEILNAHMEBINDUNGEN

Für alle Veranstaltungen ist eine schriftliche Anmeldung erforderlich. Mit der Anmeldung werden diese Teilnahmebedingungen anerkannt. Die zeitliche Reihenfolge des Eingangs der Anmeldungen ist entscheidend für die Annahme der Anmeldung. Die Teilnehmenden werden benachrichtigt, wenn die Veranstaltung belegt ist oder ausfällt.

Für die Teilnahme an unseren Veranstaltungen werden Gebühren erhoben. Diese sind innerhalb von 14 Tagen nach Erhalt der Rechnung zu entrichten. Die Höhe der Gebühren ist den jeweiligen Ankündigungen der einzelnen Veranstaltungen zu entnehmen. Für nachträgliche Änderungswünsche bzgl. der Rechnungsanschrift/des -adressats erheben wir eine Gebühr i.H.v. 5,- €.

Sollten Sie an einer gebuchten Veranstaltung nicht teilnehmen können, bitten wir um schriftliche Mitteilung. Bei einer Stornierung Ihrerseits bis zu 4 Wochen (bzw. bei Online-Veranstaltungen bis zu 14 Tage) vor Veranstaltungsbeginn sind wir zur Erhebung einer Bearbeitungsgebühr i.H.v. 30,- € berechtigt; die Veranstaltungsgebühren werden nicht berechnet bzw. bereits gezahlte Veranstaltungsgebühren erstattet. Bei späteren Stornierungen Ihrerseits fallen die ausgewiesenen Veranstaltungsgebühren in voller Höhe an. Dies gilt jedoch jeweils nicht, wenn der Nachweis erbracht wird, dass uns kein oder ein geringerer Schaden entstanden ist. Für den Fall, dass der stornierte Platz anderweitig vergeben werden kann, reduzieren sich die zu tragenden Veranstaltungsgebühren entsprechend.

Programmänderungen sowie Änderungen in Bezug auf Referent\*in, Veranstaltungsort und/oder Räumlichkeiten bleiben bei Vorliegen eines wichtigen Grundes vorbehalten. Sofern die Programmänderungen lediglich unwesentlich sind, ein Referent\*in mit vergleichbarer Qualifikation eingesetzt wird oder der Veranstaltungsort innerhalb eines Umkreises von 30 km vom ursprünglichen Veranstaltungsort verlegt wird, berechtigen solche Änderungen nicht zum Rücktritt, es sei denn, der Nachweis wird erbracht, dass eine Teilnahme vor dem Hintergrund der jeweiligen Änderungen unzumutbar ist.

Bei der Teilnahme an Online-Seminaren sind die Teilnehmenden selbst verantwortlich für die Erfüllung der technischen Voraussetzungen für die Teilnahme. Diese finden Sie auf dem Anmeldeflyer vermerkt. Der Link zur Teilnahme wird wenige Tage vor der Veranstaltung an die angegebene E-Mail-Adresse versandt.

Widerrufsbelehrung

Sie haben das Recht binnen 14 Tagen ohne Angabe von Gründen Ihren Vertrag/ Ihre Anmeldung zu widerrufen. Die Frist beginnt mit dem Tag der eingehenden Anmeldung in der Akademie. Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie die Bildungsakademie BiS schriftlich und eindeutig per E-Mail, per Brief oder per Fax von Ihrem Widerruf informieren. Die Mitteilung des Widerrufs muss spätestens mit Ablauf der Frist in der Akademie vorliegen.

Sollten Sie Ihre Anmeldung widerrufen, werden Zahlungen, die sie bereits an uns geleistet haben spätestens binnen vierzehn Tagen zurücküberwiesen, gerechnet ab dem Tag, an dem die Widerrufsmittelung bei uns eingegangen ist. Für die Rückzahlung wird dasselbe Zahlungsmittel verwendet, über das die Zahlung bei uns eingegangen ist. Es sei denn, mit Ihnen wurde ausdrücklich etwas anderes vereinbart; Entgelte werden hierfür nicht berechnet.

# KURS

**Achtsamkeit im Schulalltag**

**online**



Wie ist es möglich, inmitten der vielfältigen Herausforderungen des Schulalltags die eigene Mitte nicht zu verlieren, die innere Ruhe zu bewahren?  
Wie schaffe ich es, meine Stresssignale nicht zu übersehen und im Schultrubel auf mich acht zu geben?

Achtsamkeit hilft, mit Stresssituationen ruhiger und gelassener umzugehen und so Gesundheit und Wohlbefinden zu stärken. Und das hat – so viel sei verraten – nichts mit stundenlangem Sitzen und Meditieren auf dem Kissen zu tun, sondern vielmehr mit dem Wunder des Alltäglichen...

### Zielgruppe

Lehrer\*innen und Schulsozialarbeiter\*innen, die neugierig sind und offen, bisherige Wahrnehmungs- und Verhaltensmuster zu verändern, um langfristig einen achtsamen Umgang mit sich selbst zu pflegen.

### Ziel

Ziel ist es, sich und den Alltag bewusster wahrzunehmen, bei sich zu bleiben und mit Belastungen und Stress gesünder umgehen zu können.

### Inhalt

- Was ist Achtsamkeit? Was sagt die Wissenschaft?
- Grundhaltung als Basis
- Achtsamkeit üben
- Achtsamkeit im Alltag

<b>Termine</b>	20.03. und 18.04.2024
<b>Uhrzeit</b>	jeweils 14 – 17 Uhr
<b>Veranstaltungsort</b>	Zoom
<b>Kosten</b>	90,- €
<b>Teilnehmer*innen</b>	max. 14
<b>Referentin</b>	Michaela Mißler, Dipl. Betriebswirtin, M.Sc Gesundheitsförderung, Gesundheitsbildung, systemische Beraterin, Management Training
<b>Anmeldefrist</b>	10.03.2024
<b>Technische Voraussetzungen:</b>	Laptop/PC mit Webcam, Mikrophon, stabile Internetverbindung

### KURSDATEN

Kurs-Nr:

Titel

Termin

### TEILNEHMER\*IN

Frau  Herr  Divers

Name

Vorname

Tätigkeit

E-Mail, mit der Sie an der Veranstaltung teilnehmen

### RECHNUNGSANSCHRIFT

Adressat

Str./Nr.

PLZ / Ort

Telefon

E-Mail