

Deine (R)Auszeiten



Bildungszeit Planer

2026

*Denke immer daran,
dass es nur eine
wichtige Zeit gibt:*

*Heute.
Hier.
Jetzt.*

Tolstoi

*Zertifiziert nach BUG und AZAV

Anerkannte Bildungsurlaube 2026

23.03. - 27.03.2026 Life Balance und die heilsame Kraft des Waldes!  Volkshochschule in Lich S.D.	13.04. - 17.04.2026 Den Stürmen des (Berufs) Lebens standhalten! Resilienz Bildungsstätte Gartenbau Grünberg SMU.	20.04. - 24.04.2026 Life Balance und die heilsame Kraft der Natur! Vogelsbergdorf Herbstein R.J.	20.04. - 24.04.2026 Seelenschmeichler - Durch achtsame Fotografie zur inneren Balance Seminarhotel Jakobsberg Grünberg J.H. + S.D.	04.05. - 08.05.2026 Waldbaden - Shinrin Yoku; Der Wald als Therapeut! Haus im Herrengrund Schollbrunn R.J.
18.05. - 22.05.2026 Waldbaden- Shinrin Yoku; Der Wald als Therapeut CasaVita Seminarhaus Eschwege D.F.	18.05. - 22.05.2026 Waldbaden - Shinrin Yoku; Der Wald als Therapeut! Seminarhotel Jakobsberg Grünberg S.D.	08.06. - 12.06.2026 Seelenschmeichler - Durch achtsame Fotografie zur inneren Balance Seminarhotel Jakobsberg Grünberg J.H. + S.D.	15.06. - 19.06.2026 Waldbaden - Shinrin Yoku; Der Wald als Therapeut Vogelsbergdorf Herbstein S.M.	15.06. - 19.06.2026 Waldbaden - Shinrin Yoku; Der Wald als Therapeut Berghotel Kristall Idar-Oberstein R.J.
15.06. - 19.06.2026 Den Stürmen des (Berufs) Lebens standhalten! Resilienz Seminarhotel Jakobsberg Grünberg S.MU.	22.06. - 26.06.2026 Life Balance und die heilsame Kraft der Natur! Vogelsbergdorf Herbstein R.J.	06.07. - 10.07.2026 Den Stürmen des (Berufs)Lebens standhalten! Resilienz FETZ Das Loreley Hotel***S Dörscheid-Mittelrh. S.MU.	06.07. - 10.07.2026 Life Balance und die heilsame Kraft der Natur! Berghotel Kristall Idar Oberstein R.J.	13.07. - 17.07.2026 Life Balance und die heilsame Kraft der Natur! Haus Herrengrund Schollbrunn S.D.

"Mach doch mal wieder Urlaub!"

Anerkannte Bildungsurlaube 2026

20.07. - 24.07.2026 Den Stürmen des (Berufs) Lebens standhalten! Resilienz Bildungsstätte Gartenbau GrünbergSMU.	27.07. - 31.07.2026 Waldbaden - Shinrin Yoku; Der Wald als Therapeut! Seminarhotel Jakobsberg GrünbergR.J.	27.07. - 31.07.2026 Gesundzeit! Buchingerfasten trifft auf Natur-Resilienz Seminarhotel Jakobsberg GrünbergC.B+S.D	17.08. - 21.08.2026 Life Balance und die heilsame Kraft der Natur! Vogelsbergdorf HerbsteinR.J.	31.08. - 04.09.2026 Waldbaden - Shinrin Yoku; Der Wald als Therapeut Berghotel Kristall Idar-ObersteinR.J.
07.09. - 11.09.2026 Life Balance und die heilsame Kraft des Natur! Berghof Wasserkuppe GersfeldSMU	14.09. - 18.09.2026 Waldbaden - Shinrin Yoku; Der Wald als Therapeut! Vogelsbergdorf HerbsteinR.J..	28.09. - 02.10.2026 Waldbaden - Shinrin Yoku; Der Wald als Therapeut! Seminarhotel Jakobsberg GrünbergS.M.	28.09. - 02.10.2026 Life Balance und die heilsame Kraft des Natur! Bildungsstätte Gartenbau GrünbergR.J.	05.10. - 09.10.2026 Seelenschmeichler Durch achtsame Fotografie zur inneren Balance Seminarhotel Jakobsberg GrünbergJ.H. + S.D.
19.10. - 23.10.2026 Den Stürmen des (Berufs) Lebens standhalten! Resilienz Vogelsbergdorf HerbsteinD.F.	19.10. - 23.10.2026 Life Balance und die heilsame Kraft der Natur! Haus im Herrengrund SchollbrunnS.MU.	09.11. - 13.11.2026 Klang - Die Kraft kommt aus Deiner ruhigen Mitte Vogelsbergdorf HerbsteinD.F.	09.11. - 13.11.2026 Life Balance und die heilsame Kraft der Natur ! Spezial FETZ Das LoreleyHotel***S Dörscheid-MittelrheinR.J.	16.11. - 20.11.2026 Den Stürmen des (Berufs)Lebens standhalten! Resilienz Bildungsstätte Gartenbau GrünbergS.MU.



"Mach doch mal wieder Urlaub!"

Anerkannte Bildungsurlaube 2026

16.11. - 20.11.2026

Den Stürmen des
(Berufs)Lebens
standhalten! Resilienz

Schwollbachhof
Schwollen-Hunsrück R.J.

07.12.-11.12.2026

Life Balance und
die heilsame Kraft
der Natur!

Berghotel Kristall
Idar-Oberstein R.J.

23.11. - 27.11.2026

Gesundzeit!
Buchingerfasten trifft
auf Natur-Resilienz
Seminarahotel Jakobsberg
Grünberg C.B+S.D

30.11. - 04.12.2026

Gesundzeit!
Buchingerfasten trifft
auf Natur-Resilienz
Seminarahotel Jakobsberg
Grünberg C.B+S.D

30.11. - 04.12.2026

Life Balance und
die heilsame Kraft
der Natur ! **Spezial**
FETZ Das Loreley Hotel***S
Dörscheid-Mittelrhein R.J.

07.12. - 11.12.2026

Gesunde
Kommunikation-
Starke Führung
Führungskräfte-Entwicklung
Bildungsstätte Gartenbau
Grünberg SD

"Mach doch mal wieder Urlaub!"

Zertifizierte Weiterbildungen nach AZAV und als Bildungsurlaub anerkannt

"...weiter bilden..."

26.01. - 31.01.2026	13.04. - 18.04.2026	06.07. - 11.07.2026	10.08. - 15.08.2026
Ausbildung zum*r Resilienztrainer*in mit dem Schwerpunkt: Achtsamkeit und Resilienz im betriebl. Gesundheitswesen	Ausbildung zum*r Resilienztrainer*in mit dem Schwerpunkt: Achtsamkeit und Resilienz im betriebl. Gesundheitswesen	Ausbildung zum*r Resilienztrainer*in mit dem Schwerpunkt: Achtsamkeit und Resilienz im betriebl. Gesundheitswesen	Ausbildung Kursleiter*in Shinrin Yoku - Waldbaden Entspannungspädagogik in der Natur (Gruppen und Teams)
Seminarhotel Jakobsberg Grünberg S.D.	Seminarhotel Jakobsberg Grünberg S.D.	Waldhotel Schipp-Hummert Emsdetten M.G	Seminarhotel Jakobsberg Grünberg S.D.
17.08. - 22.08.2026	21.09. - 26.09.2026	02.11. - 07.11.2026	02.11. - 07.11.2026
Ausbildung zum*r Resilienztrainer*in mit dem Schwerpunkt: Achtsamkeit und Resilienz im betriebl. Gesundheitswesen	Ausbildung zum*r Resilienztrainer*in mit dem Schwerpunkt: Achtsamkeit und Resilienz im betriebl. Gesundheitswesen	Ausbildung zum*r Resilienztrainer*in mit dem Schwerpunkt: Achtsamkeit und Resilienz im betriebl. Gesundheitswesen	Ausbildung zum*r Resilienztrainer*in mit dem Schwerpunkt: Achtsamkeit und Resilienz im betriebl. Gesundheitswesen
Seminarhotel Jakobsberg Grünberg S.D.	Seminarhotel Jakobsberg Grünberg S.D.	Seminarhotel Jakobsberg Grünberg S.D.	Waldhotel Schipp-Hummert Emsdetten Ch.E.

**Bildungsschecks möglich*



Jeder Einzelne von uns ist **wertvoll**,
&
als Team schaffen wir **echten Mehrwert!**



Stephanie Munzert
www.stephanie-munzert.de



Daniela Friedrich
www.casavita-eschwege.de



Romana Jansen
www.ruheraum-natur.com



Johanna Hechfellner
www.h2fotografie.de



Sabine Maria Dörr

Bildungsträgerin und Dozentin



Cathrin Solbrig-Bibo
www.seminarhotel-jakobsberg.de



Mario Gude
www.mario-gude-de



Christian Eichenauer
www.christian-eichenauer.de



Sabrina Meyer
www.facebook.com/sabrina.meyer.927

"Mach doch mal wieder Urlaub!"

Das Leben und die Arbeit ~~wunderbar~~ und wandelbar

Mit Kompetenz und

Sie wünschen sich

- Einen besseren Umgang mit hohen Anforderungen und Erwartungen
- Eine höhere Stressresistenz
- Starke mentale Widerstandskraft
- Mehr Achtsamkeit und Selbstfürsorge
- Ein Mehr an Wohlbefinden
- Einen "Koffer" voll mit Präventions- und Entspannungsmethoden
- Mehr Bewusstsein und Gelassenheit im privaten und beruflichen Leben

**Betriebliches
Gesundheits-
wesen**

**Coaching/
Team-Entwicklung**

**Projekte für
Schulen/
Kitas**

**Maßnahmen
nach SGB III
• AZAV**

Seminare

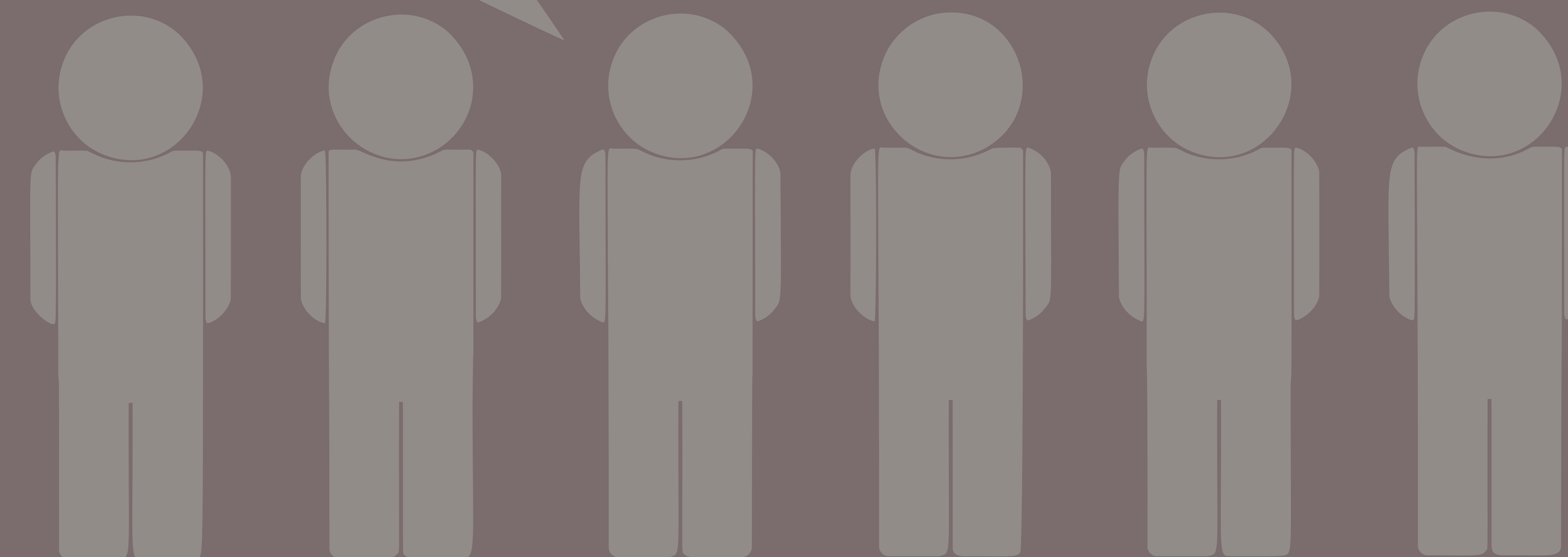
**Auszeiten/
Urlaube**

**Weiter-
bildungen**

Vorträge

**Bildungs-
urlaube**

Kurse



...in und mit der Natur..

Mobil 0176 600 188 53



DEINE (R)AUSZEIT



Reloaded Gesundheitsprävention • Coaching
Sabine Dörr
www.reloaded.coach • sabine.doerr@reloaded.coach

Stand 05.08.2026