



## Aktuelle Termine

### Fünftägiges Intensivseminar „Work-Life-Balancing“

Die hier ausgeschriebenen Seminare finden wegen der aktuellen Lage derzeit nur in kleinen Gruppen statt. Die Räume sind groß und der notwendige Sicherheitsabstand sowie eine dauerhafte Durchlüftung können unsererseits gewährleistet werden. In jedem Fall nehmen Sie auf eigene Verantwortung – auch in Bezug auf eine mögliche Infektion mit Covid-19 – teil. Es ist dauerhaft ein Mund-Nasenschutz erforderlich. Zu Sicherheit aller bitten wir unter den gegebenen Umständen um einen Corona-Schnelltest vor Seminarbeginn in eigener Verantwortung.

#### Frauen

---

Hamburg	„Unser Bahnhof“ e.V.	03.02. – 07.02.2021	AUSGEBUCHT
Berlin	Hotel am Borsigturm	26.02. – 02.03.2021	AUSGEBUCHT
Berlin	Hotel am Borsigturm	03.03. – 07.03.2021	AUSGEBUCHT
Köln	MAK-Seminarraum	12.03. – 16.03.2021	
Hamburg	„Unser Bahnhof“ e.V.	24.03. – 28.03.2021	
Hamburg	„Unser Bahnhof“ e.V.	21.04. – 25.04.2021	
München	Ev. Stadtakademie	26.04. – 30.04.2021	
Köln	MAK-Seminarraum	12.05. – 16.05.2021	AUSGEBUCHT
Hamburg	„Unser Bahnhof“ e.V.	26.05. – 30.05.2021	

#### Männer

---

Hamburg	„Unser Bahnhof“ e.V.	20.01. – 24.01.2021
München	Ev. Stadtakademie	21.02. – 25.02.2021
Berlin	Hotel am Borsigturm	03.03. – 07.03.2021
Köln	MAK-Seminarraum	17.05. – 21.05.2021

#### Gesundheitskurs in Kooperation mit den Krankenkassen

geprüft und zertifiziert von der Kooperationsgemeinschaft der gesetzlichen Krankenversicherer durch die Zentrale Prüfstelle Prävention (ZPP).

Weitere Termine und Informationen über freie Plätze finden Sie auch immer ganz aktuell auf unserer Website:

<https://www.ibp-hamburg.de/persoenliches-stressmanagement/termine-und-buchungsunterlagen>



## Veranstaltungsorte

### Fünftägiges Intensivseminar „Work-Life-Balancing“

#### **Berlin**

##### **Hotel am Borsigturm**

Am Borsigturm 1 · 13507 Berlin · Telefon: 030. 43 03 60 00 · [www.hab.berlin](http://www.hab.berlin)

Das Hotel am Borsigturm ist zehn Gehminuten vom erholsamen Tegeler See entfernt.

#### **Hamburg**

##### **Das Rauhe Haus**

Beim Rauhen Hause 21 · 22111 Hamburg · [www.rauheshaus.de](http://www.rauheshaus.de) – Telefon: 040. 655 91-232

Das Tagungshaus ist eine geschützte, reetgedeckte Kiste mitten in der Stadt in einem grünen Gelände.

##### **„Unser Bahnhof“ e.V.**

Rübenkamp 227 · 22307 Hamburg ·

Sehr zentral am S - Bahnhof Rübenkamp gelegen.

##### **Räume des Landesfrauenrat Hamburg e. V.**

Grindelallee 43 · 20148 Hamburg ·

Die Räume im Landesfrauenrat Hamburg e. V. sind nur wenige Gehminuten vom Bahnhof Dammtor entfernt und mit den Buslinien 4, 5, und 604 erreichbar.

#### **Köln**

##### **MAK-Seminarraum**

Brigittengässchen 7 · 50667 Köln Telefon: 0179. 709 89 93 · [www.mak-seminar.de](http://www.mak-seminar.de)

Beide Tagungsräume liegen direkt in der Kölner Altstadt.

#### **München**

##### **Ev. Stadtakademie München**

Herzog-Wilhelm-Str. 24 · 80331 München · Tel.: 089.549 02 70 · [www.evstadtakademie.de](http://www.evstadtakademie.de)

##### **Räume der Praxis Sara Soffner**

Landwehrstr. 5 · 80336 München · Tel.: 089.82 08 17 01 · [www.sarasoffner.de](http://www.sarasoffner.de)

Beide Tagungsräume sind gute 10 Gehminuten vom Hauptbahnhof München entfernt.

Alle Tagungsorte sind mit öffentlichen Verkehrsmitteln leicht zu erreichen; Restaurants und Cafés für die einstündige Mittagspause gibt es in unmittelbarer Nähe.

Buchungen direkt in den Hotels oder anderswo bleiben Ihnen selbst überlassen.