



## Aktuelle Termine

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

#### Gesundheitskurs in Kooperation mit den Krankenkassen

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

Eine Anmeldung zur Warteliste ist für alle Seminare jederzeit möglich.

#### Frauen

---

München	Ev. Stadtakademie	21.02. – 25.02.2022	AUSGEBUCHT
Hamburg	„Unser Bahnhof“ e.V.	09.03. – 13.03.2022	AUSGEBUCHT
Köln	MAK-Seminarraum	06.04. – 10.04.2022	AUSGEBUCHT
Berlin	Hotel am Borsigturm	25.05. – 29.05.2022	AUSGEBUCHT

#### Männer

---

Hamburg	„Unser Bahnhof“ e.V.	19.01. – 23.01.2022	
München	Ev. Stadtakademie	08.03. – 12.03.2022	
Köln	MAK-Seminarraum	01.04. – 05.04.2022	
Berlin	Hotel am Borsigturm	25.05. – 29.05.2022	

Mit der TK sind wir bezüglich **Termine für die 2. Jahreshälfte 2022** bereits im Gespräch. Aktuelle Informationen über freie Plätze finden Sie zudem auch immer auf unserer Website: <https://www.ibp-hamburg.de/persoeliches-stressmanagement/termine-und-buchungsunterlagen>

#### Covid-19

Die hier ausgeschriebenen Seminare können als geschlossene Veranstaltung wegen der sich verschärfenden pandemischen Lage derzeit leider nur für vollständig Immunisierte, sprich nur unter 2G+ Bedingungen stattfinden. Darüber hinaus ist das Tragen eines medizinischen Mund-Nasen-Schutzes sowie ein in eigener Verantwortung durchzuführender Corona-Schnelltest vor Seminarbeginn und ein weiterer zwischen dem zweiten und dritten Tag für alle Teilnehmenden mit einem Booster erforderlich. Für alle Teilnehmenden mit Zweifachimpfung ist ein täglicher Schnelltest ab Seminarvortrag erforderlich.

Mit kleinen Gruppen und großen Räumen können wir unsererseits den notwendigen Sicherheitsabstand gewährleisten. Eine regelmäßig stattfindende Durchlüftung empfiehlt das Mitbringen warmer Kleidung. In jedem Fall nehmen Sie auf eigene Verantwortung – auch in Bezug auf eine mögliche Infektion mit Covid-19 – teil. Für ein gesundes Miteinander beachten Sie bitte auch unsere Anlage „Covid-19“.



## 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**

##### **„Unser Bahnhof“ e.V.**

Rübenkamp 227 · 22307 Hamburg

Sehr zentral am S - Bahnhof Rübenkamp gelegen.

##### **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.

##### **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.