



## Termine

### Multimodales Stressmanagement

Qualifizierung für Menschen in Führung, Beratung und Kursleitung

Hamburg	Unser Bahnhof e.V.	29.06. – 03.07.2022
München	Ev. Stadtakademie	21.11. – 25.11.2022
Berlin	Hotel am Borsigturm	22.03. – 26.03.2023

### Unsere Qualifizierung „Multimodales Stressmanagement“ erfolgt in zwei, bzw. drei Schritten:

- Selbststudium** zur Auseinandersetzung mit den Inhalten
  - Heinemann, Helen „Irgendwas muss anders werden“, Rowohlt
  - Bamberger, Prof. Dr. Christoph M.: Stressintelligenz, Knauer
  - Gühns, Manfred und Nowak, Claus: Das konstruktive Gespräch, Limmer Verlag
- Selbsterfahrung** in einem fünftägigen Intensivseminar des IBP-Hamburg.  
Kosten der teilnehmenden Hospitation: 480,- Euro zzgl. USt. (für TK-Versicherte kostenfrei.)  
Direkte Anmeldung mit dem Vermerk „Teilnehmende Hospitation“ über:  
[www.ibp-hamburg.de/persoenliches-stressmanagement/termine-und-buchungsunterlagen/](http://www.ibp-hamburg.de/persoenliches-stressmanagement/termine-und-buchungsunterlagen/)
- Schulung** für Beratung und Kursleitung zum persönlichen und betrieblichen Stressmanagement  
Kosten: 960,- Euro zzgl. USt., zahlbar vier Wochen vor Seminarbeginn.



## Veranstaltungsorte

### **Berlin**

Hotel am Borsigturm

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

### **Hamburg**

#### **Das Rauhe Haus**

Beim Rauhen Hause 21 · 22111 Hamburg · [www.rauheshaus.de](http://www.rauheshaus.de)

#### **Unser Bahnhof e.V.**

Rübenkamp 227 · 22307 Hamburg · <http://www.unser-bahnhof.de/>

Sehr zentral am S - Bahnhof Rübenkamp gelegen.

### **Köln**

MAK-Seminarraum

Brigittengässchen · 50667 Köln · [www.mak-seminar.de](http://www.mak-seminar.de)

### **München**

Ev. Stadtakademie München

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

Praxis Soffner

Landwehrstraße 5 · 80331 München · Telefon: 089. 82 08 17 01 · [www.sarasoffner.de](http://www.sarasoffner.de)

Unsere zentral liegenden Tagungsräume sind mit öffentlichen Verkehrsmitteln komfortabel erreichbar. Buchungen in den nahegelegenen Hotels oder anderswo bleiben Ihnen selbst überlassen.

Vielfältige Restaurants und Cafés in direkter Nähe laden für eine individuelle Mittagspause ein.