



2025

# Bildungsurlaub

***Arbeit und  
Leben***

NIEDERSACHSEN

## Vorwort

**Sehr geehrte Damen und Herren,  
liebe Kolleginnen und Kollegen,**

egal, was Du vorhast: Bildung bringt Dich weiter – sie ist der Schlüssel zum Erfolg in Zeiten des Wandels. Als Ihre und Eure Bildungspartnerin begleiten wir auch im neuen Jahr viele tausend Menschen mit maßgeschneiderten Bildungs- und Beratungsangeboten. Unser Ziel ist und bleibt dabei: Wir machen Menschen stark – für ihren eigenen Lebensweg, aber auch dafür, unsere Gesellschaft insgesamt besser zu machen.

Bildungsurlaub ist dabei eine zentrale Errungenschaft – und das in Niedersachsen seit nun 50 Jahren: Zum 01.01.1975 ist hierzulande das bundesweit erste Bildungsurlaubsgesetz in Kraft getreten. Diese stolze Geschichte motiviert uns, Ihnen und Euch auch in 2025 spannende Bildungsurlaube anzubieten.

Mit Ihrer Teilnahme an einem Bildungsurlaub können Sie viel erreichen: Für Sie ganz persönlich zur Qualifizierung, aber auch für die demokratische Entwicklung in unserer Gesellschaft ins-

gesamt, die Sie mit Ihrem Wissen und Ihren Fähigkeiten mitgestalten können.

Wir laden Sie herzlich ein, auch in 2025 Ihr Recht auf Bildungsurlaub zu nutzen – viele Angebote dafür finden Sie in diesem Programm. Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen und freuen uns auf Ihre Anmeldung!

Herzliche Grüße



**Maximilian Schmidt**  
Geschäftsführer

## Bildungsurlaub in Stichworten

### Was ist eigentlich Bildungsurlaub?

Bildungsurlaub bedeutet die bezahlte Freistellung von der Arbeit, um sich in anerkannten Veranstaltungen weiterzubilden. Dies ist im Niedersächsischen Bildungsurlaubsgesetz in der Fassung vom 25.01.1991, zuletzt geändert durch Gesetz vom 17. Dezember 1999, geregelt. Auch in 13 weiteren Bundesländern gibt es ein Bildungsurlaubsgesetz. Bei Bedarf kümmern wir uns auch um die Anerkennung unserer Angebote in diesen Ländern.

### Welchen Zwecken dient Bildungsurlaub?

Er dient der politischen, beruflichen und allgemeinen Weiterbildung. Das Gesetz schließt Lehrgänge, die ausschließlich betrieblichen und dienstlichen Zwecken dienen, ausdrücklich aus!

### Für wen gilt Bildungsurlaub?

Einen Rechtsanspruch auf Bildungsurlaub besitzen alle Arbeitnehmer:innen, Angestellte, Auszubildende, Personen in arbeitnehmerähnlichen Stellungen sowie Arbeitssuchende. Anspruchsbe-

rechtigt sind auch Arbeitnehmer:innen im Öffentlichen Dienst einschließlich der Bundesbediensteten, die in Niedersachsen tätig sind. Für Beamt:innen gilt das Freistellungsgesetz nicht. Für sie gibt es entsprechende Vorschriften in der Sonderurlaubsverordnung.

### Wie viel Bildungsurlaub gibt es?

Der Anspruch der Arbeitnehmer:innen auf Bildungsurlaub umfasst fünf Arbeitstage innerhalb des laufenden Kalenderjahres. Bei Arbeitnehmer:innen, die regelmäßig an mehr oder

weniger als fünf Tagen wöchentlich arbeiten, ändert sich der Anspruch entsprechend. Bildungsurlaub des vorangegangenen Jahres kann gemeinsam mit oder getrennt von dem Bildungsurlaub des laufenden Kalenderjahres genommen werden. Bildungsurlaub aus dem vorletzten Kalenderjahr verfällt im laufenden Kalenderjahr. Der Anspruch kann erstmals nach sechsmonatigem Bestehen des Beschäftigungsverhältnisses geltend gemacht werden.

### **Welche Veranstaltungen können besucht werden?**

Wenn man nach dem Bildungsurlaubsgesetz Bildungsurlaub beantragt hat:

Alle Veranstaltungen, die nach dem Gesetz anerkannt sind. Nicht anerkannte Seminare sind in diesem Prospekt extra ausgewiesen.

### **Auswirkungen auf das Arbeitsverhältnis?**

Keine! Das Gesetz betont ausdrücklich, dass Arbeitnehmer:innen wegen der Inanspruchnahme von Bildungsurlaub nicht benachteiligt werden dürfen. Bildungsurlaub wird ohne Minderung des Lohns bzw. Gehalts gewährt und nicht auf den Erholungsurlaub angerechnet. Der Anspruch entfällt, wenn den Arbeitnehmer:innen für die Bildungsveranstaltung nach anderen Gesetzen,

Tarifvertrag oder betrieblichen Vereinbarungen ein Freistellungsanspruch zusteht. Betriebsrät:innen können zum Beispiel für eine Bildungsveranstaltung, die nach § 37 (7) BetrVG anerkannt ist, keinen Bildungsurlaub in Anspruch nehmen.

Weitere Informationen und Beratung gibt es bei den betrieblichen Interessenvertretungen und allen Geschäftsstellen von Arbeit und Leben in Niedersachsen und Sachsen-Anhalt.



25HA310004

90 €



25HA310042

390 €



25WB31801

395 €

27.01.–31.01.25  
Hannover

## Kunst erleben und verstehen I

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Hannover: 75,00 €,  
exklusive Exkursionskosten: 15,00 €

28.01.–31.01.25  
Hannover

## Dialogformate zwischen Kunst und Demokratie entwickeln

10.02.–14.02.25  
Wolfsburg

## Kamera und Computer im Einklang: Grundlagen der Fotografie für Beruf und Alltag

Digitalkamera & Laptop/Tablet notwendig.  
Vergünst für Mitglieder der IGM Wolfsburg und Braun-  
schweig: 369,00 €



25HA310010

110 €

17.02.–21.02.25

Hannover

## **Diskussions- und Verhandlungstechnik für Arbeitnehmer:innen in Betrieb, Staat und Gesellschaft**

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Hannover: 80,00 €



25WB31802

195 €

17.02.–21.02.25

Gifhorn

## **Wem gehört die Zeit?**

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und  
Braunschweig: 169,00 €



25HA310039

395 €

24.02.–27.02.25

Hannover

## **Schreibvielfalt – schreibend neue Perspektiven entdecken**



25G072180

835 € (EZ) · 735 € (DZ)

23.02.–28.02.25  
Borkum

## Resilienz und Stressmanagement



25WB31803

195 €

24.02.–28.02.25  
Wolfsburg

## Spanisch für den Alltag Grundkurs



25HA310003

985 € (EZ)

03.03.–07.03.25  
Baltrum

## Techniken des autobiografischen Schreibens

Inkl. Unterkunft ausschließlich im EZ und Verpflegung



25HA310012

110 €

03.03.–07.03.25  
Hannover

## Geschichte von unten Teil I

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Hannover: 80,00 €



25WB31804

195 €

03.03.–07.03.25  
Wolfsburg

## Englisch für den Alltag Grundkurs



25G072181

890 € (EZ) · 790 € (DZ)

09.03.–14.03.25  
List auf Sylt

## Umwelt- und Naturschutz im Zeichen des Klimawandels – Ist Sylt noch zu retten?

Inkl. Eintrittskosten, exkl. Transferkosten (ÖPNV)





25WB31805

660 € (EZ) · 595 € (DZ)

09.03.–14.03.25  
Neuharlingersiel

**Bleib locker!  
In der Ruhe liegt die Kraft**



25WB31806

225 €

10.03.–14.03.25  
Braunschweig

**Hanf und Leben – Einblick in die  
Nutzung einer jahrhunderte-  
alten Kulturpflanze**

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und  
Braunschweig: 199,00 €



25WB31807

195 €

10.03.–14.03.25  
Gifhorn

**Fußball - zwischen Faszination,  
Kommerz und Randalen**

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und  
Braunschweig: 169,00 €



25OS6113

805 € (EZ) · 715 € (DZ)

16.03.-21.03.25  
Wangerooge

## In Balance bleiben – ganzheitliche Strategien und Methoden



25HA310034

120 €

17.03.–21.03.25  
Hannover

## Hinter dem Horizont – den Übergang aus der Beschäf- tigung in die Rente gestalten

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Hannover: 80,00 €



25HA310036

110 €

17.03.–21.03.25  
Hannover

## Welt im Umbruch

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Hannover: 80,00 €



25HA310022

140 €

17.03.–21.03.25  
Hannover

## (All)tägliches Italienisch II

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Hannover: 110,00 €



25WB31808

195 €

17.03.–21.03.25  
Wolfsburg

## Wolfsburg im Mittelalter - Auf Spuren deutscher Geschichte

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und  
Braunschweig: 169,00 €



25WB31809

675 € (EZ) · 595 € (DZ)

17.03.–21.03.25  
Bremen

## Kaffeestadt Bremen – Geschichte, Anbau und Handel



25HA310040

186 €

24.03.–26.03.25  
Hannover

**Entspannt durch den Arbeits-  
alltag: Strategien zur Stressre-  
duktion und Stressbewältigung**



25OS6110

685 € (EZ) · 655 € (DZ)

23.03.–28.03.25  
Spiekeroog

**In Balance bleiben – ganzheitli-  
che Strategien und Methoden**



25GO72182

730 € (EZ) · 690 € (DZ)

24.03.–28.03.25  
Bad Harzburg

**Luchse im Nationalpark Harz**



25WB31810

655 € (EZ) · 555 € (DZ)

24.03.–28.03.25  
Bremen

## Faszination Tiefsee - zur Ökologie und Ökonomie der Ozeane



25WB31811

195 €

24.03.–28.03.25  
Gifhorn

## Hinter dem Horizont

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und Braunschweig: 169,00 €



25WB31914

195 €

24.03.–28.03.25  
Oebisfelde

## Grenze – Grenzenlos / Freiheit Nationales Naturmonument Grünes Band

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und Braunschweig: 169,00 €



25G072184

745 € (EZ) · 645 € (DZ)

30.03.–04.04.25  
Juist

## Natur- und Umweltschutz auf der Insel Juist



25HA310033

795 €

30.03.–04.04.25  
Baltrum

## Weltnaturerbe Wattenmeer – Ökosysteme und biologische Vielfalt nutzen und erhalten

Inkl. Unterkunft im EZ und Verpflegung



25OS6127

885 € (EZ) · 695 € (DZ)

30.03.–04.04.25  
Ljubljana

## Ljubljana – Metropole der EU: Politisches und gesellschaftliches Leben in Slowenien



25HA310006

90 €

31.03.–04.04.25  
Hannover

## Kunst erleben und verstehen II

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Hannover: 75,00 €,  
exkl. Exkursionskosten: 15,00 €



25HA310018

110 €

31.03.–04.04.25  
Hannover

## Einführung in das Arbeitsrecht Teil I!

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Hannover: 80,00 €



25HA310031

110 €

31.03.–04.04.25  
Hannover

## Wirtschaft im Wandel Wo bleiben wir?

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Hannover: 80,00 €



25WB31812

195 €

31.03.–04.04.25  
Oebisfelde

## Der Garten – Land und Ökosysteme erhalten und schützen

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und Braunschweig: 169,00 €



25WB31813

195 €

31.03.–04.04.25  
Wolfsburg

## Der Mensch ist – was er isst Vitalität in der Lebens- und Arbeitswelt

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und Braunschweig: 169,00 €



25OS6115

720 € (EZ) · 620 € (DZ)

31.03.–04.04.25  
Dresden

## Dresden heute – historische Umbrüche, aktuelle Politik und der Kampf für Demokratie





25OS6133

845 € (EZ) · 695 € (DZ)

31.03.–04.04.25  
Haarlem

## Gleichstellung ohne Grenzen: Ein deutsch-niederländischer Perspektivenwechsel



25GO72183

890 € (EZ) · 820 € (DZ)

31.03.–06.04.25  
Helgoland

## Umweltschutz konkret: Meeresschutzseminar auf der Insel Helgoland



25HA310038

995 € (EZ)

07.04.–11.04.25  
Baltrum

## Entspannt und erfolgreich im Beruf – mit Stressmanagement und Burnout-Prophylaxe

Inkl. Unterkunft ausschließlich im EZ und Verpflegung



25HA310001

999 €

14.04.–16.04.25  
Baltrum

**Weltnaturerbe Wattenmeer:  
Ökosysteme und biologische  
Vielfalt nutzen und erhalten**



25G072185

820 € (EZ) · 695 € (DZ)

27.04.–02.05.25  
Kammerforst

**Nationalpark Hainich:  
Natur und Kultur in der Mitte  
Deutschlands**



25WB31814

720 € (EZ) · 535 € (DZ)

04.05.–09.05.25  
Dangast

**Leben am Weltnaturerbe Wat-  
tenmeer – Prozesse, Strategien  
und Lebensstile am Jadebusen  
erleben und verstehen**



25OS6128

785 € (EZ) · 635 € (DZ)

04.05.–09.05.25  
Vilnius

## Vilnius – Metropole der EU: Politisches und gesellschaftliches Leben in Litauen



25OS6129

865 € (EZ) · 765 € (DZ)

04.05.–09.05.25  
Sarajevo

## Bosnien-Herzegowina: Tito, Krieg und Gegenwart – wo stehen das Land und seine Bewohner:innen?



25HA310016

110 €

05.05.–09.05.25  
Hannover

## Reden und Diskutieren für Arbeitnehmer:innen in Betrieb, Staat und Gesellschaft

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Hannover: 80,00 €



25HA310025

110 €

05.05.–09.05.25  
Hannover

## Hinter dem Horizont – an der Schwelle zum (Un)ruhestand

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Hannover: 80,00 €



25WB31815

865 € (EZ) · 825 € (DZ)

05.05.–09.05.25  
Bad Harzburg

## Vom Bergbau zum Tourismus: Wirtschaftliche Entwicklungen im Harz mit dem Motorrad erfahren



25WB31816

395 €

05.05.–09.05.25  
Wolfsburg

## ...unser grünes Wunder erleben! – Naturfotografie im Biosphärenreservat Drömling

Digitalkamera & Laptop/Tablet notwendig  
Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und  
Braunschweig: 369,00 €



25WB31817

195 €

05.05.–09.05.25  
Wolfsburg

## Englisch für den Alltag Aufbaukurs



25WB31818

195 €

05.05.–09.05.25  
Wolfsburg

## Kraftort Wald – Wie wir das wertvolle Potential der Bäume für Gesundheit und Gesellschaft nutzen können

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und  
Braunschweig: 169,00 €



25WB31819

195 €

05.05.–09.05.25  
Gifhorn

## Funktionierst Du nur oder lebst Du schon?

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und  
Braunschweig: 169,00 €



25G072186

810 € (EZ) · 660 € (DZ)

11.05.–16.05.25

Wien

**Wien – historische, kulturelle  
und ökologische Besonderheiten  
einer europäischen  
Metropole**



25WB31820

745 € (EZ) · 645 € (DZ)

11.05.–16.05.25

Sellin/Rügen

**Konfliktmanagement in Beruf  
und Alltag – entspannter durch  
Konflikte und Krisen**



25WB31904

575 € (EZ) · 545 € (DZ)

11.05.–16.05.25

Ihlow

**Die Teekultur Ostfrieslands**



25OS6123

985 € (EZ) · 795 € (DZ)

11.05.–16.05.25  
Wien

## Wien erleben: Dreh- und Angelpunkt internationaler Beziehungen



25HA310028

215 €

12.05.–16.05.25  
Hannover

## Fortsetzungskurs Gesundheits- management: Noch gesünder durch vitalstoffreiche Ernäh- rung und aktive Entspannung!

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Hannover: 185,00 €



25HA310029

110 €

12.05.–16.05.25  
Hannover

## Ausländische Arbeitnehmer:innen in Betrieb, Wirtschaft und Gesellschaft

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Hannover: 80,00 €

25WB31821

770 € (EZ) · 695 € (DZ)



12.05.–16.05.25  
Bispingen

## Ameisen – die heimlichen Herrscherinnen der Erde

25WB31822

195 €



12.05.–16.05.25  
Wolfsburg

## Kulturhistorische und spirituelle Orte in Wolfsburg und Umgebung

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und  
Braunschweig: 169,00 €

25OS6118

1275 € (EZ) · 885 € (DZ)



12.05.–16.05.25  
Brüssel

## Brüssel – das Herz europäi- scher Politik hautnah erleben





25G072187

845 € (EZ) · 755 € (DZ)

18.05.–23.05.25  
Hittisau

## Klimaschutzimpulse aus den Alpen und dem Naturpark Nagelfluhkette Bregenzerwald



25WB31823

995 € (EZ) · 745 € (DZ)

18.05.–23.05.25  
Fischen

## Die Allgäuer Alpen – zwischen Naturschutz und Naturnutz



25OS6135

670 € (EZ) · 625 € (DZ)

19.05.-21.05.25  
Lembruch

## Zyklusbewusstsein im Arbeits- alltag: Potenziale erkennen und nutzen



25HA310043

990 € (EZ)

19.05.–23.05.25  
Hamburg

## St.Pauli – Deutschlands berühmtester Stadtteil zwischen gestern und heute

Tourismustaxe i.H.v. 2,14€ p.P. und Nacht vor Ort fällig



25WB31824

195 €

19.05.–23.05.25  
Braunschweig

## Naturlandschaft im Wandel in und um Hondelage

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und  
Braunschweig: 169,00 €



25WB31825

835 € (EZ) · 795 € (DZ)

19.05.–23.05.25  
Bad Harzburg

## Wilde Tiere, wilder Wald – der Nationalpark Harz im Spannungsfeld von Natur- dynamik und Management



25WB31826

225 €

19.05.–23.05.25  
Braunschweig

## Das Fahrrad – Karriere eines Fortbewegungsmittels

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und Braunschweig: 199,00 €



25WB31827

195 €

19.05.–23.05.25  
Oebisfelde

## Das Biosphärenreservat Drömling als persönliche Kraftquelle nutzen

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und Braunschweig: 169,00 €



25WB31828

195 €

19.05.–23.05.25  
Wolfsburg

## KZ-Außenlager Neuengamme

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und Braunschweig: 169,00 €



25WB31829

195 €

19.05.–23.05.25  
Gifhorn

## Familien Zeit – Zeitmanagement zwischen Familie und Beruf

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und  
Braunschweig: 169,00 €



25WB31830

225 €

19.05.–23.05.25  
Wolfsburg

## Psychologie im Alltag

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und  
Braunschweig: 199,00 €



25WB31831

225 €

19.05.–23.05.25  
Wolfsburg

## Wildpflanzen und Heilkräuter vor unser Haustür – wertvoll für Ökosystem und Mensch

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und  
Braunschweig: 199,00 €

25WB31908

365 €

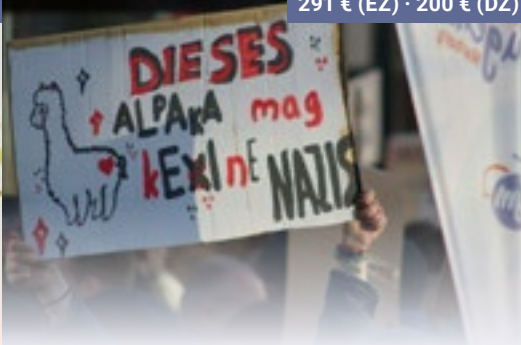


19.05.–23.05.25  
Berlin

## Widerstand in Deutschland

25WB31920

291 € (EZ) · 200 € (DZ)



17.05.–24.05.25  
Oswiecim

## Aus den Erfahrungen gelernt? Rechtspopulismus in Europa

25G072188

750 € (EZ) · 700 € (DZ)



01.06.–06.06.25  
Sellin/Rügen

## Biosphärenreservat Südostrügen: Müssen Naturschutz und Naturnutzung im Widerspruch stehen?



25WB31913

845 € (EZ) · 625 € (DZ)

01.06.–06.06.25  
Sassnitz

## Stress und Burnout – überfordert sich unsere Gesellschaft?



25OS6114

895 € (EZ) · 695 € (DZ)

02.06.–06.06.25  
Leipzig

## Leipzig: Eine Stadt der Kontraste – Zivilgesellschaft zwischen Legida und Connewitz



25HA310013

110 €

02.06.–06.06.25  
Hannover

## Geschichte von unten Teil 1!

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Hannover: 80,00 €

25WB31832

225 €



02.06.–06.06.25  
Braunschweig

## Lebensqualität durch Bienen & Co.

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und  
Braunschweig: 199,00 €

25WB31833

195 €



02.06.–06.06.25  
Wolfsburg

## Fußball – zwischen Faszination, Kommerz und Randalen

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und  
Braunschweig: 169,00 €

25WB31834

195 €



02.06.–06.06.25  
Oebisfelde

## Das Biosphärenreservat Drömling als persönliche Kraftquelle nutzen

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und  
Braunschweig: 169,00 €



25WB31835

770 € (EZ) · 675 € (DZ)

02.06.–06.06.25  
Hitzacker

## Die Natur in der Kulturlandschaft der Niedersächsischen Elbtalaue



25WB31910

195 €

02.06.–06.06.25  
Gifhorn

## Der Wolf – eine umstrittene Tierart unserer Landschaft

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und Braunschweig: 169,00 €



25G072189

750 € (EZ) · 700 € (DZ)

08.06.–13.06.25  
Sellin/Rügen

## Biosphärenreservat Südostrügen: Müssen Naturschutz und Naturnutzung im Widerspruch stehen?





25G072190

920 € (EZ) · 800 € (DZ)

15.06.–20.06.25  
Sveti Juraj, Kroatien

## **Kroatien und sein Küsten- gebirgs-Nationalpark Velebit – Umweltschutz, Währungsunion und europäische Integration**



25WB31837

195 €

16.06.–20.06.25  
Wolfsburg

## **Streuobstwiesen – eine alte Kulturlandschaft neu entdeckt**

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und  
Braunschweig: 169,00 €



25WB31838

195 €

16.06.–20.06.25  
Wolfsburg

## **Das Fahrrad – Karriere eines Fortbewegungsmittels**

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und  
Braunschweig: 169,00 €



25WB31839

225 €

16.06.–20.06.25  
Braunschweig

## Die resiliente Stadt – was tun gegen die Klimakrise?

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und Braunschweig: 199,00 €



25WB31840

195 €

16.06.–20.06.25  
Braunschweig

## Naturlandschaft im Wandel in und um Hondelage

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und Braunschweig: 169,00 €



25WB31909

365 €

16.06.–20.06.25  
Berlin

## Satire als Spiegelbild von Politik und Gesellschaft



25G072191

880 € (EZ) · 790 € (DZ)

22.06.–27.06.25  
Koserow/Usedom

## Die Insel Usedom: Natur und Kultur an der Odermündung



25WB31842

700 € (EZ) · 635 € (DZ)

22.06.–27.06.25  
Freiburg

## Green City Freiburg



25OS6116

895 € (EZ) · 615 € (DZ)

23.06.–27.06.25  
Lübeck

## Von der Hanse bis zum modernen Wirtschaftsraum Ostsee



25HA310008

90 €

23.06.–27.06.25  
Hannover

## Kunst erleben und verstehen III

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Hannover: 75,00 €



25HA310020

110 €

23.06.–27.06.25  
Hannover

## Einführung in das Arbeitsrecht Teil 2! „Die Beendigung des Arbeitsverhältnisses“

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Hannover: 80,00 €



25WB31843

195 €

23.06.–27.06.25  
Gifhorn

## Das Fahrrad – Karriere eines Fortbewegungsmittels

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und  
Braunschweig: 169,00 €



25WB31844

195 €

23.06.–27.06.25  
Wolfsburg

## Glück und Gesundheit selbst gemacht

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und  
Braunschweig: 169,00 €



25WB31845

225 €

23.06.–27.06.25  
Wolfsburg

## Wildpflanzen und Heilkräuter vor unser Haustür – wertvoll für Ökosystem und Mensch

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und  
Braunschweig: 199,00 €



25G072192

760 € (EZ) · 755 € (DZ)

29.06.–04.07.25  
Sopron, Ungarn

## Sopron im europäischen Kontext – eine ungarische Grenzstadt



25WB31836

875 € (EZ) · 835 € (DZ)

30.06.–04.07.25

Bad Harzburg

## **Faktoren der Resilienz im Nationalpark Harz kennenlernen – von den Bäumen wachsen lernen**



25WB31841

195 €

30.06.–04.07.25

Wolfsburg

## **Percorsi di Vita – italienische Lebenswege in Wolfsburg**

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und Braunschweig: 169,00 €



25WB31846

195 €

30.06.–04.07.25

Wolfsburg

## **Kulturhistorische Orte in multireligiöser Perspektive – religiöse Vielfalt in Wolfsburg und Umgebung**

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und Braunschweig: 169,00 €



25WB31847

195 €

11.08.–15.08.25  
Wolfsburg

## Für eine gute Work-Life-Balance – Stress und Burnout vorbeugen

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und  
Braunschweig: 169,00 €



25WB31855

195 €

11.08.–15.08.25  
Wolfsburg

## Percorsi di Vita – italienische Lebenswege in Wolfsburg

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und  
Braunschweig: 169,00 €



25G072193

830 € (EZ) · 690 € (DZ)

17.08.–22.08.25  
Grainau

## Garmisch Partenkirchen – Klimawandel in den Alpen: Einzigartige Gebirgsräume unter Druck



25HA310005

90 €

18.08.–22.08.25  
Hannover

## Kunst erleben und verstehen I

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Hannover: 75,00 €



25HA310041

595 €

18.08.–22.08.25  
Hannover

## Gewaltfreie Kommunikation nach M. Rosenberg



25WB31848

225 €

18.08.–22.08.25  
Wolfsburg

## Psychologie im Alltag

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und  
Braunschweig: 199,00 €





25WB31849

195 €

18.08.–22.08.25  
Oebisfelde

## Das Biosphärenreservat Drömling als persönliche Kraftquelle nutzen

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und  
Braunschweig: 169,00 €



25WB31850

395 €

18.08.–22.08.25  
Berlin

## Berlin: Gebaute Zukunft? Das architektonische Erbe einer umkämpften Stadt



25G072194

840 € (EZ) · 765 € (DZ)

24.08.–29.08.25  
Nordstrand

## Nordstrand – Bildungsurlaub im „grünen Herzen des Wattenmeeres“

Für die Exkursion wird ein Fahrrad benötigt –dies kann  
mitgebracht oder vor Ort gemietet werden..



25WB31851

695 € (EZ) · 595 € (DZ)

24.08.–29.08.25  
Schnackenburg

## Das Biosphärenreservat Elbtalauen



25WB31852

825 € (EZ) · 635 € (DZ)

24.08.–29.08.25  
Kiel

## Kiel und die Marine – vom Kieler Matrosenaufstand 1918 bis zur Rolle Kiels als Marine- stadt in der Gegenwart



25HA310023

140 €

25.08.–29.08.25  
Hannover

## (All)tägliches Italienisch III

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Hannover: 110,00 €



25HA310030

110 €

25.08.–29.08.25  
Hannover

## Ausländische Arbeitnehmer:innen in Betrieb, Wirtschaft und Gesellschaft

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Hannover: 80,00 €



25WB31853

645 € (EZ) · 595 € (DZ)

25.08.–29.08.25  
Clausthal-Zellerfeld

## Wasser im Harz und der Welt – Gebrauch eines Lebenselixiers



25WB31854

195 €

25.08.–29.08.25  
Wolfsburg

## Wolfsburg & Volkswagen – die dunklen Nebel der Vergangenheit!

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und  
Braunschweig: 169,00 €



25WB31856

195 €

25.08.–29.08.25  
Gifhorn

## **Stress- und Schlafmanagement – nicht mehr schlaflos dank verschiedener Arbeitszeitmodelle?**

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und Braunschweig: 169,00 €



25WB31857

225 €

25.08.–29.08.25  
Braunschweig

## **Von der Sonne direkt ins Haus: Strom und Wärme aus Solarenergie**

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und Braunschweig: 199,00 €

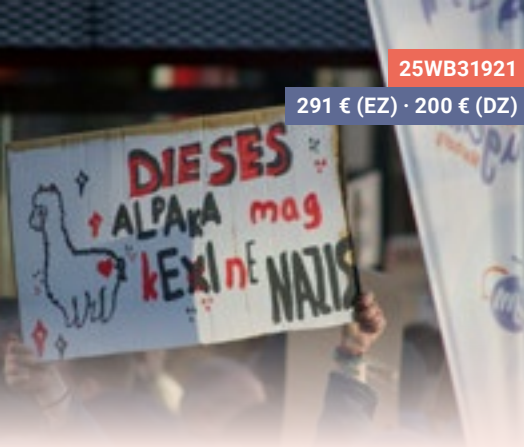


25WB31906

345 €

25.08.–29.08.25  
Berlin

## **Babylon Berlin? Die 1920er Jahre in Deutschland**



25WB31921

291 € (EZ) · 200 € (DZ)

24.08.–31.08.25  
Oswiecim

## Aus den Erfahrungen gelernt? Rechtspopulismus in Europa



25WB31858

880 € (EZ) · 755 € (DZ)

31.08.–05.09.25  
Röbel/Müritz

## Die Müritz – das Herz der Mecklenburgischen Seenplatte



25WB31859

995 € (EZ) · 795 € (DZ)

31.08.–05.09.25  
Fehmarn

## Fehmarn: fantastisch fotogen Erkundung einer Insel im Wandel

Mitnahme von Digitalkamera sowie Laptop/Tablet  
notwendig



25HA310014

110 €

01.09.–05.09.25  
Hannover

## Geschichte von unten Teil 1!

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Hannover: 80,00 €



25WB31860

195 €

01.09.–05.09.25  
Oebisfelde

## Das Biosphärenreservat Drömling als persönliche Kraftquelle nutzen

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und  
Braunschweig: 169,00 €



25G072195

700 € (EZ) · 625 € (DZ)

07.09.–12.09.25  
Oberstorf

## Die Alpen – europäisches Hochgebirge zwischen Nutzung und Schutz

Hinweis: Besondere Anforderungen  
an die körperliche Fitness

25G072196

560 € (EZ) · 515 € (DZ)



07.09.–12.09.25  
Bad Schussenried

**Insektenvielfalt erkennen  
und schützen**

25WB31862

915 € (EZ) · 745 € (DZ)



07.09.–12.09.25  
Kurort Gohrisch

**Natur im Herzen der  
Sächsischen Schweiz –  
Wildnis vor der Haustür**

25OS6120

885 € (EZ) · 695 € (DZ)



07.09.–12.09.25  
Bratislava

**Bratislava – Metropole der EU:  
Politisches und gesellschaftli-  
ches Leben in der Slowakei**



25WB31865

675 € (EZ) · 595 € (DZ)



25WB31866

225 €



25WB31864

865 € (EZ) · 825 € (DZ)

08.09.–12.09.25  
Bremen

**Stadtnatur: erleben,  
beobachten, verstehen –  
Herausforderungen meistern**

08.09.–12.09.25  
Wolfsburg

**Wildpflanzen und Heilkräuter  
vor unser Haustür – wertvoll  
für Ökosystem und Mensch**

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und  
Braunschweig: 199,00 €

08.09.–12.09.25  
Bad Harzburg

**Vom Bergbau zum Tourismus:  
Wirtschaftliche Entwicklungen  
im Harz mit dem Motorrad  
erfahren**





25WB31911

195 €

08.09.–12.09.25  
Gifhorn

## Der Wolf – eine umstrittene Tierart unserer Landschaft

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und Braunschweig: 169,00 €



25WB31912

195 €

08.09.–12.09.25  
Wolfsburg

## Das Leben ist (k)ein Ponyhof

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und Braunschweig: 169,00 €



25G072197

705 € (EZ) · 630 € (DZ)

14.09.–19.09.25  
Norderney

## Norderney – Mensch und Kultur im Wattenmeer

Exkursion mit dem Fahrrad – dies kann mitgebracht oder vor Ort geliehen werden.



25WB31867

645 €

14.09.–19.09.25  
Völklingen

## Weltkulturerbe im Licht und Schatten – Industriefotografie an der Völklinger Hütte

Inkl. Eintritt sowie zwei Führungen  
in der Völklinger Hütte



25OS6122

870 € (EZ) · 645 € (DZ)

14.09.–19.09.25  
Danzig

## Danzig – Metropole der EU: Politisches und gesellschaftliches Leben in Polen



25WB31868

195 €

15.09.–19.09.25  
Wolfsburg

## Fußball – zwischen Faszination, Kommerz und Randalen

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und  
Braunschweig: 169,00 €

25WB31869

195 €



15.09.–19.09.25

Wolfsburg

## **Kraftort Wald – wie wir das wertvolle Potential der Bäume für Gesundheit und Gesellschaft nutzen können**

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und Braunschweig: 169,00 €

25WB31870

195 €



15.09.–19.09.25

Wolfsburg

## **Die Stadtgeschichte Wolfsburgs**

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und Braunschweig: 169,00 €

25G072198

730 € (EZ) · 690 € (DZ)



15.09.–19.09.25

Bad Harzburg

## **Luchse im Nationalpark Harz**



25WB31916

445 €

15.09.–19.09.25  
Lietzow

**Hünengrab & Opferstein,  
Toteislöcher, Buchen & Kreide**



25OS6111

685 € (EZ) · 655 € (DZ)

21.09.–26.09.25  
Spiekeroog

**In Balance bleiben – ganzheitliche  
Strategien und Methoden**



25WB31872

720 € (EZ) · 535 € (DZ)

21.09.–26.09.25  
Dangast

**Tourismus und Naturschutz am  
UNESCO Weltnaturerbe  
Wattenmeer:  
Aspekte der Entwicklung**



25OS6121

795 € (EZ) · 645 € (DZ)

21.09.–26.09.25  
Tallinn

## Tallinn – Metropole der EU: Politisches und gesellschaftliches Leben in Estland



25G072199

705 € (EZ) · 630 € (DZ)

21.09.–26.09.25  
Norderney

## Norderney – Mensch und Kultur im Wattenmeer



25OS6117

649 € (EZ)

21.09.–27.09.25  
Stralsund

## Die Ostsee: Ein Lebensraum in Gefahr? – mit einem alten Frachtensegler Umweltpolitik konkret erkunden

Inkl. Unterkunft auf dem Schiff (Übernachtung in Kojen)  
und Hafengebühren

25WB31861

195 €



22.09.–26.09.25  
Wolfsburg

## Frauenpower – Leben und Sein in Balance

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und  
Braunschweig: 169,00 €

25G072200

740 € (EZ) · 715 € (DZ)



21.09.–26.09.25  
München

## Naturwissenschaft und Technik im Wandel der Zeit

25WB31871

600 € (EZ) · 545 € (DZ)



21.09.–26.09.25  
Oberwesel

## Die kulturgeschichtliche Bedeutung des Weinanbaus für eine Region



25OS6119

1275 € (EZ) · 885 € (DZ)

22.09.–26.09.25  
Brüssel

**Brüssel – das Herz europäischer Politik hautnah erleben**



25HA310011

110 €

22.09.–26.09.25  
Hannover

**Diskussions- und  
Verhandlungstechnik für  
Arbeitnehmer:innen in Betrieb,  
Staat und Gesellschaft**

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Hannover: 80,00 €



25WB31874

395 €

22.09.–26.09.25  
Wolfsburg

**...unser grünes Wunder erleben! – Naturfotografie im Biosphärenreservat Drömling**

Digitalkamera & Laptop/Tablet notwendig  
Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und Braunschweig: 369,00 €



25WB31875

195 €

22.09.–26.09.25  
Wolfsburg

## Streuobstwiesen – eine alte Kulturlandschaft neu entdeckt

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und Braunschweig: 169,00 €



25HA310019

110 €

22.09.–26.09.25  
Hannover

## Einführung in das Arbeitsrecht Teil I!

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Hannover: 80,00 €



25HA310026

110 €

22.09.–26.09.25  
Hannover

## Hinter dem Horizont – an der Schwelle zum (Un)ruhestand

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Hannover: 80,00 €





25WB31876

195 €

22.09.–26.09.25  
Oebisfelde

## Der Garten – Land und Ökosysteme erhalten und schützen

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und Braunschweig: 169,00 €



25WB31877

245 €

22.09.–26.09.25  
Diesdorf

## Selbstversorgung – eine Alternative zur Agrarindustrie?

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und Braunschweig: 219,00 €



25HA310002

999 €

29.09.–01.10.25  
Baltrum

## Weltnaturerbe Wattenmeer – Ökosysteme und biologische Vielfalt nutzen und erhalten



25HA310046

195 €

29.09.–01.10.25  
Hannover

**Mindful Working – mit  
Achtsamkeit erfolgreicher und  
mit weniger Stress arbeiten**



25HM310001

649 € (EZ)

29.09.–02.10.25  
Neuharlingersiel

**Mehr Power im Kopf:  
Ganzheitliches Gedächtnis-  
training zur kognitiven und beruf-  
lichen Weiterentwicklung**



25GO72201

745 € (EZ) · 645 € (DZ)

05.10.–10.10.25  
Juist

**Natur- und Umweltschutz  
auf der Insel Juist**



25WB31905

645 €

05.10.–10.10.25

Hohenfelde

## Nachhaltig Angeln im Meer – umweltfreundliches und ökosystemgerechtes Meeresangeln



25WB31878

720 € (EZ) · 535 € (DZ)

05.10.–10.10.25

Dangast

## Klimawandel am Weltnaturerbe Wattenmeer Über den Umgang mit Verände- rungen am Beispiel Jadebusen



25HA310007

90 €

06.10.–10.10.25

Hannover

## Kunst erleben und verstehen II

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Hannover: 75,00 €,  
Exkl. Exkursionskosten: 15,00 €



25HA310021

110 €

06.10.–10.10.25

Hannover

## **Einführung in das Arbeitsrecht Teil 2! „Die Beendigung des Arbeitsverhältnisses“**

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Hannover: 80,00 €



25HA310032

110 €

06.10.–10.10.25

Hannover

## **Wirtschaft im Wandel – wo bleiben wir?**

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Hannover: 80,00 €



25WB31879

195 €

06.10.–10.10.25

Wolfsburg

## **Englisch für den Alltag Grundkurs**



25G072202

890 € (EZ) · 820 € (DZ)

05.10.–11.10.25  
Helgoland

## Umweltschutz konkret: Meeresschutzseminar auf der Insel Helgoland



25WB31880

600 € (EZ) · 545 € (DZ)

12.10.–17.10.25  
Oberwesel

## Die kulturgeschichtliche Bedeutung des Weinanbaus für eine Region



25WB31881

195 €

13.10.–17.10.25  
Wolfsburg

## Spanisch für den Alltag Grundkurs



25WB31882

195 €

13.10.–17.10.25  
Oebisfelde

## Das Biosphärenreservat Drömling als persönliche Kraftquelle nutzen

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und  
Braunschweig: 169,00 €



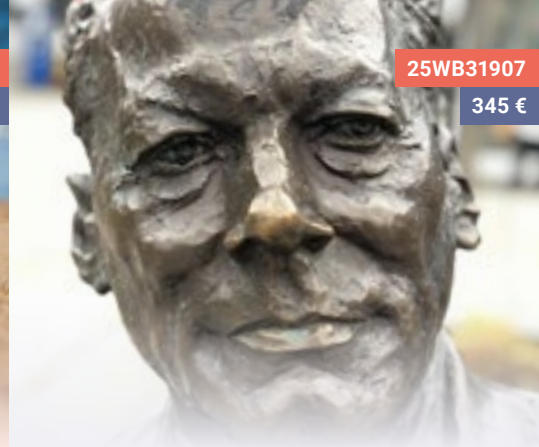
25WB31883

225 €

13.10.–17.10.25  
Braunschweig

## Plastikmüll – vermeiden, verwerten, entsorgen?

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und  
Braunschweig: 199,00 €



25WB31907

345 €

13.10.–17.10.25  
Berlin

## Bewegte Jahrzehnte: Die 1960er und 1970er Jahre in Deutschland



25OS6112

685 € (EZ) · 655 € (DZ)

19.10.–24.10.25  
Spiekeroog

## In Balance bleiben – ganzheitliche Strategien und Methoden



25G072203

845 € (EZ) · 755 € (DZ)

19.10.–24.10.25  
Hittisau

## Klimaschutzimpulse aus den Alpen und dem Naturpark Nagelfluhkette Bregenzerwald

Hinweis: Erhöhte Anforderungen  
an die körperliche Fitness



25WB31884

775 € (EZ) · 675 € (DZ)

19.10.–24.10.25  
Sellin/Rügen

## Reif für die Insel – Stressbewältigung in Beruf und Alltag



25WB31885

195 €

20.10.–24.10.25  
Wolfsburg

## Italienisch und la dolce vita



25WB31886

225 €

20.10.–24.10.25  
Braunschweig

## Hanf und Leben – Einblick in die Nutzung einer jahrhundertealten Kulturpflanze

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und Braunschweig: 199,00 €



25WB31915

195 €

20.10.–24.10.25  
Oebisfelde

## Grenze – Grenzenlos / Freiheit Nationales Naturmonument Grünes Band

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und Braunschweig: 169,00 €





25OS6125

745 € (EZ) · 595 € (DZ)

02.11.–07.11.25

Prag

**Prag – Metropole der EU:  
Politisches und  
gesellschaftliches Leben  
in der tschechischen Republik**



25WB31887

670 € (EZ) · 595 € (DZ)

02.11.–07.11.25

Butjadingen/Tossens

**Humor – ein Erfolgsfaktor  
für Gesundheit und  
Stressbewältigung**



25HA310015

110 €

03.11.–07.11.25

Hannover

**Geschichte von unten Teil 1!**

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Hannover: 80,00 €



25WB31888

195 €

03.11.–07.11.25  
Wolfsburg

## Ruhestand was dann?

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und Braunschweig: 169,00 €



25HA310027

205 €

03.11.–07.11.25  
Hannover

## Gesundheitsselbstmanagement

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Hannover: 175,00 €



25HA310035

120 €

03.11.–07.11.25  
Hannover

## Hinter dem Horizont – den Übergang aus der Beschäftigung in die Rente gestalten

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Hannover: 80,00 €



25WB31889

835 € (EZ) · 795 € (DZ)

03.11.–07.11.25  
Bad Harzburg

**Das Grüne Band im  
Nationalpark Harz –  
von der unmenschlichen  
Grenze zum Naturschutz**



25G072204

890 € (EZ) · 820 € (DZ)

08.11.–14.11.25  
Helgoland

**Geschichte erleben  
auf Helgoland**



25OS6126

755 € (EZ) · 625 € (DZ)

09.11.–14.11.25  
Budapest

**Budapest – Metropole der EU:  
Politisches und gesellschaft-  
liches Leben in Ungarn**



25WB31890

735 € (EZ) · 595 € (DZ)

09.11.–14.11.25  
Bremerhaven

## Hochseefischerei – ein Geschäft ohne Einhalt?



25G072205

845 € (EZ) · 755 € (DZ)

09.11.–14.11.25  
Hittisau

## Klimaschutzimpulse aus den Alpen und dem Naturpark Nagelfluhkette Bregenzerwald

Hinweis: Erhöhte Anforderungen  
an die körperliche Fitness.



25G072206

890 € (EZ) · 790 € (DZ)

09.11.–14.11.25  
List auf Sylt

## Umwelt- und Naturschutz im Zeichen des Klimawandels – ist Sylt noch zu retten?

Inkl. Eintrittskosten, exkl. Transferkosten (ÖPNV)



25WB31891

750 € (EZ) · 595 € (DZ)

10.11.–14.11.25  
Berlin

## Berlin im Untergrund – die Stadt unter der Stadt



25G072207

730 € (EZ) · 690 € (DZ)

10.11.–14.11.25  
Bad Harzburg

## Luchse im Nationalpark Harz



25HA310024

140 €

10.11.–14.11.25  
Hannover

## (All)tägliches Italienisch I

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Hannover: 110,00 €



25WB31892

225 €

10.11.–14.11.25  
Braunschweig

## Braunschweig im Mittelalter

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und Braunschweig: 169,00 €



25WB31893

195 €

10.11.–14.11.25  
Wolfsburg

## Japanische Sprache und Kultur



25HA310037

110 €

17.11.–21.11.25  
Hannover

## Welt im Umbruch

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Hannover: 80,00 €



25WB31894

195 €

17.11.–21.11.25  
Wolfsburg

**Business English**



25WB31895

195 €

17.11.–21.11.25  
Gifhorn

**Fußball – zwischen Faszination,  
Kommerz und Randalen**

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und  
Braunschweig: 169,00 €



25WB31896

750 € (EZ) · 595 € (DZ)

17.11.–21.11.25  
Berlin

**Bauen in Berlin:  
Architektur und Macht –  
Macht der Architektur**



25HA310017

110 €

24.11.–28.11.25  
Hannover

## Reden und Diskutieren für Arbeitnehmer:innen in Betrieb, Staat und Gesellschaft

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Hannover: 80,00 €



25WB31897

750 € (EZ) · 595 € (DZ)

24.11.–28.11.25  
Berlin

## Berlin im Untergrund – die Stadt unter der Stadt



25WB31898

195 €

24.11.–28.11.25  
Wolfsburg

## Spanisch für den Alltag Aufbaukurs





25WB31899

395 €

24.11.–28.11.25

Berlin

**4 Blocks, Little Damascus,  
No-Go-Area, Clans?  
Berlin-Neukölln zw. Realität  
und rassistischen Vorurteilen**



25G072208

810 € (EZ) · 660 € (DZ)

30.11.–05.12.25

Wien

**Wien – historische, kulturelle  
und ökologische Besonderhei-  
ten einer europäischen  
Metropole**



25WB31900

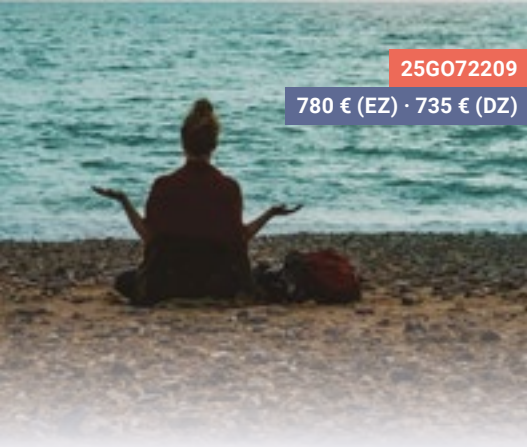
195 €

01.12.–05.12.25

Wolfsburg

**Wem gehört die Zeit?**

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und  
Braunschweig: 169,00 €



25G072209

780 € (EZ) · 735 € (DZ)

01.12.–05.12.25  
Wangerooge

## Stressprävention im (beruflichen) Alltag mit Bewegung und Entspannung



25WB31901

195 €

01.12.–05.12.25  
Gifhorn

## Hinter dem Horizont

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Wolfsburg und  
Braunschweig: 169,00 €



25WB31902

750 € (EZ) · 595 € (DZ)

08.12.–12.12.25  
Berlin

## Berlin im Untergrund – die Stadt unter der Stadt



25HA310009

90 €

08.12.–12.12.25  
Hannover

## Kunst erleben und verstehen III

Vergünstigt für Mitglieder der IGM Hannover: 75,00 €,  
exklusive Exkursionskosten: 15,00 €



25G072210

835 € (EZ) · 735 € (DZ)

14.12.–19.12.25  
Borkum

## Resilienz und Stressmanagement



25WB31903

195 €

15.12.–19.12.25  
Wolfsburg

## Englisch für den Alltag Aufbaukurs

# Wo melde ich mich an?

## Online-Anmeldung

Du kannst dich jederzeit direkt auf **[www.aul-nds.de](http://www.aul-nds.de)** für alle unsere Bildungsurlaube oder Seminare anmelden!

## Geschäftsstelle Göttingen

Lange-Geismar-Straße 72-73  
37073 Göttingen  
0551 49507-0  
[goettingen@aul-nds.de](mailto:goettingen@aul-nds.de)

## Geschäftsstelle Hameln

Fischpfortenstraße 15  
31785 Hameln  
05151 8098177  
[hameln@aul-nds.de](mailto:hameln@aul-nds.de)

## Geschäftsstelle Hannover

Arndtstraße 20  
30167 Hannover  
0511 12105-0  
[hannover@aul-nds.de](mailto:hannover@aul-nds.de)

## Geschäftsstelle Osnabrück

August-Bebel-Platz 1  
49074 Osnabrück  
0541 33807-0  
[osnabrueck@aul-nds.de](mailto:osnabrueck@aul-nds.de)

## Geschäftsstelle Wolfsburg

Burgallee 6  
38446 Wolfsburg  
05363 70840-0  
[wolfsburg@aul-nds.de](mailto:wolfsburg@aul-nds.de)

## Allgemeine

### Geschäftsbedingungen

Bitte beachten Sie vor Buchung unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen. Sie finden sie jeweils immer aktuell unter **[www.aul-nds.de/service/agb](http://www.aul-nds.de/service/agb)**

Herausgeberin:

**Arbeit und Leben Niedersachsen e.V.**

Arndtstraße 20, 30167 Hannover, 0511 12105-0, [info@aul-nds.de](mailto:info@aul-nds.de)

**Direkt zum Programm  
auf [www.aul-nds.de](http://www.aul-nds.de)**

