

## Nächste Kurse von Martina Siegwardt

### Stressbewältigung mit Achtsamkeit

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen  
barrierefreier Zugang

**Beginn:** 11.10.2026    **Ende:** 06.12.2026

**Uhrzeit:** 18.30 Uhr

### Adresse

Kettelerhaus

Schwedenschanze 3

65462 Ginsheim-Gustavsburg