

## Nächste Kurse von Beate Lamm

### MBSR-Kurs

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

<https://www.vkj.de/de/kurse/kurssuche/?kathaupt=11&knr=261-2.240>

**Beginn:** 12.05.2026    **Ende:** 14.07.2026

**Uhrzeit:** 16:00 Uhr

### Adresse

VKJ-Familienbildungsstätte

Brunnenstraße 29

45128 Essen

### MBSR Kurs

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

<https://www.vkj.de/de/kurse/kurssuche/?kathaupt=11&knr=262-2.240>

**Beginn:** 23.11.2026    **Ende:** 25.01.2027

**Uhrzeit:** 16:00 Uhr

### Adresse

VKJ-Familienbildungsstätte

Brunnenstraße 29

45128 Essen