Nächste Kurse von Jennifer Kreim - Psychologin (M.Sc.)

Live & Online: MBSR - Abendliche Inforunde für den MBSR-Kurse ab Donnerstag, 23.10.2025

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen
Eine unverbindliche Infoveranstaltung zum 8-Wochenkurs „Achtsamkeitsbasierte Stressreduktion (MBSR)“ nach Jon Kabat-Zinn.

Ich biete Dir einen Einblick in die Geschichte der MBSR und stelle die Inhalte und Hintergründe des Kurses sowie aktuelle Studienergebnisse zur Achtsamkeitspraxis vor. Wir widmen uns einigen typischen Übungen aus dem MBSR-Programm und klären alle Fragen, die Du mitbringst. Außerdem kannst Du mich kennenlernen und herausfinden, ob Du gerne den Kurs bei mir belegen möchtest. Ich freue mich auf Dich!

Kostenlose Infoveranstaltung für den Kurs ab 23.10.2025

Kursbeitrag: 350 € (300 € für Geringverdiener, 400 € für Besserverdiener)

Im Kursbeitrag sind enthalten:

Acht Kurseinheiten á 2,5 - 3 Stunden
Ein Tag der Achtsamkeit á 6 Stunden
Umfangreiches Kursmaterial
Audiodateien zur Übung zuhause
Die Möglichkeit auch zwischen den Terminen "Vieraugengespräche" zu nutzen

Mehr Infos auf www.happybeing.de/termine oder www.youtube.com/@happybeing_de.

Eine Auswahl meiner Meditationen findest Du auf www.insighttimer.com/jenniferkreim/

Beginn: 20.10.2025
Uhrzeit: 18:00 - 20:00 Uhr

Adresse
Online
Online

Live & Online: Stressbewältigung mit MBSR am Donnerstag Abend mit Zuschuss der Krankenkasse

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen
Kursbeitrag: 350 € (300 € für Geringverdiener, 400 € für Besserverdiener).

Eine anteilige Kostenübernahme durch die Krankenkasse ist möglich, da meine Angebote zertifiziert sind und ich als Psychologin (M.Sc.) die notwendigen Qualifikationen als Kursleitung mitbringe.

Mehr Informationen auf happybeing.de/termine
Infovideo zum Kurs unter www.youtube.com/@happybeing_de ansehen.

Beginn: 23.10.2025 **Ende:** 11.12.2025
Uhrzeit: 18:00 Uhr

VERBAND DER ACHTSAMKEITSLEHRENDEN
MBSR-MBCT

Adresse
Online
Online