

## Nächste Kurse von Dr. Kerstin Brusdeylins

### MBSR

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Der MBSR-Kurs im Bommershaus wird von den gesetzlichen Krankenkassen finanziell bezuschusst.

**Beginn:** 17.08.2026    **Ende:** 05.10.2026

**Uhrzeit:** 18:30 - 21:00 Uhr

### Adresse

Bommershaus - Praxis für Gesundheitspsychologie

Bommersheimer Straße 24

61440 Oberursel im Taunus

### MSC - Achtsames Selbstmitgefühl Onlineseminar

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

MSC Trainerinnen:

Kerstin Brusdeylins

Das Retreat geht eine Stunde länger.

**Beginn:** 18.08.2026    **Ende:** 13.10.2026

**Uhrzeit:** 09:30 - 12:00 Uhr

### Adresse

Bommershaus - Praxis für Gesundheitspsychologie

Bommersheimer Straße 24

61440 Oberursel im Taunus

### MBCT

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

**Beginn:** 19.08.2026    **Ende:** 07.10.2026

**Uhrzeit:** 16:00 - 18:30 Uhr

### Adresse

Bommershaus - Praxis für Gesundheitspsychologie

Bommersheimer Straße 24

61440 Oberursel im Taunus

### Achtsamkeitstraining

Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage

Das Achtsamkeitstraining wird als Präventionskurs von den Krankenkassen finanziell bezuschusst.

[www.bommershaus.de/kurse](http://www.bommershaus.de/kurse)

**Beginn:** 02.11.2026    **Ende:** 21.12.2026

**Uhrzeit:** 19:00 - 20:30 Uhr

**Adresse**

Bommershaus - Praxis für Gesundheitspsychologie

Bommersheimer Straße 24  
61440 Oberursel im Taunus