

## Nächste Kurse von Eva Scholtyssek

### MBSR - Stressbewältigung durch Achtsamkeit

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Der Kurs kann über einen AOK Gutschein komplett bezahlt werden.

**Beginn:** 04.03.2026    **Ende:** 29.04.2026

**Uhrzeit:** 17 - 19.30 Uhr

#### Adresse

Bildungswerk LSB Sachsen

Marienallee 14 b

01099 Dresden

### MBSR - Stressbewältigung durch Achtsamkeit

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Der Kurs kann auch über einen AOK Gutschein bezahlt werden.

**Beginn:** 21.04.2026    **Ende:** 16.06.2026

**Uhrzeit:** 17.00 - 19.30 Uhr

#### Adresse

Schloss Schönfeld

Am Schloss 2

01328 Dresden