

## Nächste Kurse von Sulamith Sommerfeld

### MBSR Stressbewältigung durch Achtsamkeit

Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage

**Beginn:** 07.09.2024

**Uhrzeit:** 10:00 -14:00 Uhr

#### Adresse

Sulamith Sommerfeld

Thunerstr. 4

21680 Stade

### MBSR Stressbewältigung durch Achtsamkeit

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

**Beginn:** 28.10.2024    **Ende:** 16.12.2024

**Uhrzeit:** 18:00 bis 20:15 Uhr

#### Adresse

Sulamith Sommerfeld

Thunerstr. 4

21680 Stade