

### Nächste Kurse von Susanne Schäfer

#### Stressbewältigung durch Achtsamkeit

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

**Beginn:** 20.06.2024    **Ende:** 15.08.2024

**Uhrzeit:** 19.00-21.30 Uhr

#### Adresse

Yogahaus am Wald  
Kaiserschacht 15 15  
57080 Siegen

#### Stressbewältigung durch Achtsamkeit

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

**Beginn:** 10.10.2024    **Ende:** 28.11.2024

**Uhrzeit:** 19.00-21.30 Uhr

#### Adresse

Yogahaus am Wald  
Kaiserschacht 15 15  
57080 Siegen