

Nächste Kurse von Dr. med. Hansjakob Richter

MBCT-Kurs

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen
MBCT-Kurs in Erkrath

Rückfallprophylaxe bei Depressionen, Ängsten, Grübelneigung

Ort: Jayani Yoga Studio, UG, Kreuzstraße 34, 40699 Erkrath

Beginn: 23.08.2024 **Ende:** 11.10.2024

Uhrzeit: 09:00 Uhr

Adresse

Jayani Yoga
Kreuzstraße 34
40699 Erkrath

MBSR-Kurs Achtsamkeitskurs

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

CDs, begleitende Emails, Nachgespräch exkl. Mittagessen beim Achtsamkeitstag (ca. 15 €, falls Präsenzveranstaltung möglich ist)

Die im Rahmen von „sei nun - Praxis der Achtsamkeit mit MBSR“ angebotenen MBSR-Kurse wurden von der Zentrale Prüfstelle Prävention anerkannt. Gesetzliche Krankenkassen beteiligen sich daher an den Kosten dieses Präventionskurses mit meist 70-80 Euro.

Ort: Traumkraft Zentrum - Wattenscheider Str. 43 in 44793 Bochum

Kursleitung - Dr. med. Hansjakob Richter: Facharzt für Arbeitsmedizin, Kursleiter MBSR, Weiterbildung Psychotherapie (TP)

Weitere Informationen zum Kurs unter info@sei-nun.de oder www.sei-nun.de

Mobil 01516-5105978

Beginn: 23.08.2024 **Ende:** 29.11.2024

Uhrzeit: 17:00 Uhr

Adresse

Traumkraft Zentrum Marc Iwaszkiewiz
Wattenscheider Str. 43
44793 Bochum