

Nächste Kurse von Claudia Aram

Ruhe und Gelassenheit in Beruf und Alltag - Achtsamkeit zur Stressbewältigung - MBSR-8-Wochen-Kurs

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Klassisches Acht-Wochen-Programm nach Jon Kabat-Zinn.

Vor dem Kurs wird mit allen Teilnehmenden ein Einzelgespräch via Zoom geführt.

Der Kurs wird von allen gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst, AOK Mitglieder können einen
Gutschein beantragen

Beginn: 23.05.2024 **Ende:** 11.07.2024

Uhrzeit: 18:30 - 20:45 Uhr

Adresse

Familienzentrum St. Elisabeth

Schloßstr. 10

31224 Peine