

## Nächste Kurse von Andrea Schulte-Braatz

### Stressbewältigung durch Achtsamkeit (MBSR)

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Dieser Kurs ist ZPP-zertifiziert und wird von den gesetzl. Krankenkassen bezuschusst. Sollte es durch die Corona-Pandemie erforderlich sein, wird der Kurs online über Zoom fortgesetzt/durchgeführt.

**Beginn:** 25.10.2023    **Ende:** 13.12.2023

**Uhrzeit:** 18:00 - 20:30 Uhr

#### Adresse

Bunte Räume Lübeck

Schwertfegerstr. 9

23556 Lübeck

### Kompaktkurs Achtsamkeitstraining nach der MBSR-Methode (Mindfulness Based Stress Reduction nach Jo

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Für berufstätige Versicherte, deren Alltag eine 8-wöchige Kursteilnahme nicht zulässt, biete ich diesen 5-tägigen Kompaktkurs an. Dieser Kurs ist als Bildungsurlaub in Schleswig-Holstein und Niedersachsen anerkannt. Dieser Kurs umfasst den Kompaktkurs Stressbewältigung und wird von den gesetzl. Krankenkassen bezuschusst.

**Beginn:** 05.02.2024    **Ende:** 09.02.2024

#### Adresse

Bunte Räume Lübeck

Schwertfegerstr. 9

23556 Lübeck

### Kompaktkurs Achtsamkeitstraining nach der MBSR-Methode (Mindfulness Based Stress Reduction nach Jo

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Für berufstätige Versicherte, deren Alltag eine 8-wöchige Kursteilnahme nicht zulässt, biete ich diesen 5-tägigen Kompaktkurs an. Dieser Kurs ist als Bildungsurlaub in Schleswig-Holstein und Niedersachsen anerkannt. Dieser Kurs umfasst den Kompaktkurs Stressbewältigung und wird von den gesetzl. Krankenkassen bezuschusst.

**Beginn:** 19.02.2024    **Ende:** 23.02.2024

#### Adresse

Bunte Räume Lübeck

Schwertfegerstr. 9

23556 Lübeck

### Kompaktkurs Achtsamkeitstraining nach der MBSR-Methode (Mindfulness Based Stress Reduction nach Jo

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Für berufstätige Versicherte, deren Alltag eine 8-wöchige Kursteilnahme nicht zulässt, biete ich diesen 5-tägigen Kompaktkurs an. Dieser Kurs ist als Bildungsurlaub in Schleswig-Holstein und Niedersachsen anerkannt. Dieser Kurs umfasst den Kompaktkurs Stressbewältigung und wird von den gesetzl. Krankenkassen bezuschusst.

**Beginn:** 18.03.2024    **Ende:** 22.03.2024

**Adresse**

Bunte Räume Lübeck  
Schwertfegerstr. 9  
23556 Lübeck

**Kompaktkurs Achtsamkeitstraining nach der MBSR-Methode (Mindfulness Based Stress Reduction nach Jo**

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Für berufstätige Versicherte, deren Alltag eine 8-wöchige Kursteilnahme nicht zulässt, biete ich diesen 5-tägigen Kompaktkurs an. Dieser Kurs ist als Bildungsurlaub in Schleswig-Holstein und Niedersachsen anerkannt. Dieser Kurs umfasst den Kompaktkurs Stressbewältigung und wird von den gesetzl. Krankenkassen bezuschusst.

**Beginn:** 22.04.2024    **Ende:** 26.04.2024

**Adresse**

Bunte Räume Lübeck  
Schwertfegerstr. 9  
23556 Lübeck