Nächste Kurse von Marlies Sonnentag

Bildungsurlaub- MBSR - Stressbewältigung durch Achtsamkeit

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Der Bildungsurlaub entspricht inhaltlich dem Curriculum des 8-Wochen-Kurses. Kosten 285 €. Der Kurs ist in NRW als Bildungsurlaub anerkannt.

Beginn: 22.04.2024 **Ende:** 26.04.2024

Uhrzeit: 10.00 Uhr

Adresse

Grend Bildungswerk
Westfalenstraße 311
45266 Essen

Bildungsurlaub - MBSR - Stressbewältigung durch Achtsamkeit - in Beruf und Alltag

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Der Bildungsurlaub entspricht inhaltlich dem Curriculum des 8-Wochen-Kurses. Kosten 345 €. Der Kurs ist in NRW als Bildungsurlaub anerkannt. Für andere Bundesländer beim Veranstalter (iag bochum) erfragen. Anmeldung und Unterlagen für den Arbeitgeber:

<https://www.iagbochum.de/bildungsurlaub-stressbewaeltigung-durch-achtsamkeit-mbsr-2/>

Beginn: 10.06.2024 **Ende:** 14.06.2024

Uhrzeit: 11.00 Uhr

Adresse

iag bochum
Herner Straße 88
44791 Bochum

Vertiefung -MBSR - Stressbewältigung durch Achtsamkeit - Urlaubskurs im Kloster

Kurse mit Übernachtung

Inhaltlich baut der Kurs auf dem Curriculum MBSR Kurses auf mit vertiefenden Elementen der Praxis und Theorie. ca. 27 Zeitstunden. Die Kurszeiten sind überwiegend vormittags und abends. Kosten: Kurs (incl. Material), Unterkunft in EZ oder DZ, VP betragen 1299 €. Weitere Detailinformationen gerne über den Kontakt als Kursleiterin, die Anmeldung erfolgt über skr.de. -

<https://www.skr.de/sueddeutschland-urlaub/bayrischer-wald-urlaub-benediktinerabtei-niederaltaich/> -
Viele gesetzliche Krankenkassen unterstützen den Kurs als Präventionsmaßnahme..

Beginn: 10.08.2024 **Ende:** 17.08.2024

Uhrzeit: 18.00 Uhr

Adresse

Abtei Niederaltaich (Ostbayern/Donau)
Mauritushof 1
94557 Niederalteich

Bildungsurlaub - MBSR - Stressbewältigung durch Achtsamkeit - in Beruf und Alltag

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Der Bildungsurlaub entspricht inhaltlich dem Curriculum des 8-Wochen-Kurses. Kosten 345 €. Der Kurs ist in NRW als Bildungsurlaub anerkannt. Für andere Bundesländer beim Veranstalter (iag bochum) erfragen. Anmeldung und Unterlagen für den Arbeitgeber:

<https://www.iagbochum.de/bildungsurlaub-stressbewaeltigung-durch-achtsamkeit-mbsr-2/>

Beginn: 23.09.2024 **Ende:** 27.09.2024

Uhrzeit: 11.00 Uhr

Adresse

[iag bochum](#)

Herner Straße 88

44791 Bochum

Bildungsurlaub - Vertiefung - Stressbewältigung durch Achtsamkeit - MBSR

Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage

Der Bildungsurlaub baut auf dem Curriculum des MBSR- Programms auf. Vertiefung mit viel Praxis, ergänzender Theorie und Eigen- bzw. Gruppenreflexion. Kosten 345 €. Der Kurs ist in NRW als Bildungsurlaub anerkannt. Für andere Bundesländer beim Veranstalter (kontakt@iagbochum.de) erfragen. Anmeldung und Infos (allg + für Arbeitgeber) <https://www.iagbochum.de/bildungsurlaube-im-ia-g-bochum/bildungsurlaub-stressbewaeltigung-durch-achtsamkeit-mbsr-vertiefung/>

Beginn: 07.10.2024 **Ende:** 11.10.2024

Uhrzeit: 11 Uhr

Adresse

[iag bochum](#)

Herner Straße 88

44791 Bochum

Bildungsurlaub - MBSR - Stressbewältigung durch Achtsamkeit - in Beruf und Alltag

MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Der Bildungsurlaub entspricht inhaltlich dem Curriculum des 8-Wochen-Kurses. Kosten 345 €. Der Kurs ist in NRW als Bildungsurlaub anerkannt. Für andere Bundesländer beim Veranstalter (iag bochum) erfragen. Anmeldung und Unterlagen für den Arbeitgeber:

<https://www.iagbochum.de/bildungsurlaub-stressbewaeltigung-durch-achtsamkeit-mbsr-2/>

Beginn: 18.11.2024 **Ende:** 22.11.2024

Uhrzeit: 11.00 Uhr

Adresse

[iag bochum](#)

Herner Straße 88

44791 Bochum