Nächste Kurse von Jeanette Meyer

Stessbewältigung durch Achtsamkeit
MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Beginn: 08.08.2024 **Ende:** 26.09.2024
Uhrzeit: 18:30 - 21:00 Uhr

Adresse
Jeanette Meyer
Humperdinckstrasse 32
48147 Münster

Stessbewältigung durch Achtsamkeit
MBSR, MBCT, Achtsamkeit, Info + Kennenlernen

Beginn: 09.08.2024 **Ende:** 27.09.2024
Uhrzeit: 09:30 - 12:00 Uhr

Adresse
Jeanette Meyer
Humperdinckstrasse 32
48147 Münster

Vertiefungskurs Achtsamkeit und Mitgefühl
Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage
Aufbauend auf den MBSR-Kurs werden an fünf Kursabenden ergänzende Schwerpunktthemen behandelt. Zu jedem Thema lernen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer vertiefende Achtsamkeits- und Mitgefühlsübungen.

Beginn: 12.08.2024 **Ende:** 30.09.2024
Uhrzeit: 19:00 - 21:00 Uhr

Adresse
Jeanette Meyer
Humperdinckstrasse 32
48147 Münster