

MBSR – achtsam leben, lieben und arbeiten

kostenloses Infoangebot zum Seminar

Datum: **24.11.2021**

19.00 Uhr

Leitung: **Tatini Petra Schmidt**

Anzahlung 0,00 €

» [Link zur Kursbeschreibung und Online-Buchung](#)

Ansprechpartnerin

Lamhita Szarafinski

Tel. 0221-57407-24

lamhita@oshouta.de

Montag - Freitag

11:00 - 16:00 Uhr

Information und Beratung

Am 12. Januar 2022 startet der Trainingskurs "MBSR - achtsam leben, lieben und arbeiten", das Achtsamkeitstraining nach Prof Jon Kabat-Zinn.

Tatini Petra Schmidt leitet das Training, informiert über die Inhalte und Abläufe und steht Interessierten für Fragen und eine individuelle Beratung zur Verfügung.

Die kostenfreie Infoveranstaltung steht allen Interessierten offen, eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich.