

UNSERE TERMINE IM HERBST 2024

ACHTSAMKEIT UND SELBSTFÜRSORGE FÜR ELTERN

**Jeweils Mittwoch-Abend, von 20-22 Uhr
im Familienzentrum NRW**

Aegidiusplatz 10 · 53604 Bad Honnef

Referentin: Dr. Christine Höflich
Ärztin/zertifizierte MBSR Trainerin
ch@achtsamkeit-mbsr-hoeflich.de

1. Termin: 11. September
2. Termin: 18. September
3. Termin: 25. September

2 Wochen Pause

4. Termin: 16. Oktober
5. Termin: 23. Oktober
6. Termin: 30. Oktober

1 Woche Pause

7. Termin: 13. November
8. Termin: 20. November



Der Termin für den **Tag der Achtsamkeit** (4 Stunden an einem Samstag oder Sonntag) wird in Absprache mit den Teilnehmenden festgelegt.

Die Termine, die in die Herbstferien fallen, können optional verlegt werden.

Informationsabend über den Kursinhalt

(unverbindliche Teilnahme):

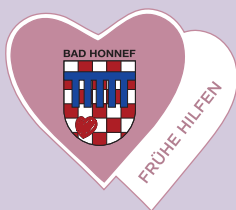
04. September 2024 um 20 Uhr

Einzelgespräche im Vorfeld des Kurses sind nach Absprache möglich.



Die Angebote sind **kostenfrei!**
Bitte entnehmen Sie die aktuellen Termine auch unserer Internetseite.

LEBENSFREUDE
VERBÜRGT
BAD HONNEF



Gefördert von:

