STADT ESSEN Frühe Hilfen

Achtsamkeitspraxis nach dem MBSR-Kurs

Kurs / Workshop

Achtsamkeitspraxis nach dem MBSR-Kurs

Alle ehemaligen MBSR-Kursteilnehmenden und Achtsamkeitsinteressierte sind herzlich eingeladen zu einer Meditation. Wir praktizieren gemeinsam eine angeleitete Achtsamkeitsmeditation und haben danach Zeit für einen Dialog. Die Termine sind: Mittwoch, 05.02.2025 Montag, 07.04.2025 Montag, 02.06.2025 Montag, 15.09.2025 Montag, 10.11.2025 Die Teilnahme ist kostenfrei.

Was?

Art des Angebots

Kurs / Workshop

Link zum Angebot

Weiter zum Angebot

Kursleitung/Ansprechperson

Frau Lamm, Frau Randhawa

Alter des Kindes

altersunabhängig

Wann?

Termin(e)

05.02.2025 - 10.11.2025, 17:30 - 18:30 Uhr, 5 x 2 UE

Wo?

VKJ-Familienbildungsstätte Bewegungsraum

Brunnenstraße 29
45128 Essen-Südviertel

Anmeldung

Anmeldung erforderlich

Ja

Link zur Anmeldung

Weiter zur Anmeldung

Kosten des Angebots

kostenlos

Durchführende Organisation

Trägerschaft

VKJ Familienbildungsstätte

Brunnenstr. 29
45128 Essen

Name Kontaktperson

Beate Lamm

Telefon

0201/8463577

Email

fbs@vkj.de

Link Anbieter

Weiter zur Homepage des Anbieters

Alle Angebote dieses Anbieters

Andere Angebote dieses Anbieters

VKJ, Verein für Kinder- und Jugendarbeit

Brunnenstraße 29
45128 Essen

Art des Trägers

Freier Träger

Name Kontaktperson

Beate Lamm

Telefon

0201 / 23 40 81

Email

vkj@vkj.de

Link Träger

Weiter zur Homepage des Trägers