

# Informationen zum Thema „Achtsamkeit“

Bitte informieren Sie mich regelmäßig über Ihr

- aktuelles Kursangebot

Mich interessieren besonders folgende Themen

- Achtsamkeit am Arbeitsplatz
- MBSR (nach Jon Kabat-Zinn) und andere achtsamkeitsbasierte Verfahren
- Meditation
- Individuelle Beratung / Einzelcoaching
- Schweigekurse
- .....

## Newsletter

- Ja, ich freue mich darauf, regelmäßig Ihren Email-Newsletter, mit wertvollen Tipps und sonstigen Gedanken zu achtsamer Lebensführung zu erhalten.

Name:	
Adresse:	
Email:	
Telefonnummer:	
Mobilnummer:	

Ort/ Datum

Unterschrift