

MSC – Selbstmitgefühl lernen

Kostenloser Infoabend

Datum: **26.01.2023**

Anzahlung 0,00 €

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

Ansprechpartnerin

Lamhita Szarafinski

Tel. 0221-57407-24

l.szarafinski@uta-akademie.de

Montag - Freitag

11:00 - 16:00 Uhr

Information und Beratung

Am 17. Februar 2023 startet der Trainingskurs "Mindful Self-Compassion (MSC)" nach Dr. Kristin Neff und Dr. Christopher Germer. Janna Velber aus dem Leitungsteam informiert über Ablauf und Inhalte und steht Interessierten für Fragen und eine individuelle Beratung zur Verfügung.

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

Zugehöriges Angebot

MSC – Selbstmitgefühl lernen

17.02. - 19.03.2023

Infoabend

26. Januar 2023

19:00 - 21:00 Uhr

Kostenlos

Dozent*innen

Janna Velber

BA, Heilpraktikerin Psychotherapie. Ausgebildet in körperorientierter Psychotherapie (SE® Praktiker, ISP® Praktiker, SATE® Praktiker, NARM®, Hara Awareness® Praktiker) Schwerpunkt Entwicklungs- und Bindungstrauma. Als langjährige Meditationsschülerin leitet sie u.a. auch offene Meditationskurse, MSC (Mindful-Selfcompassion) Kurse und unterrichtet KUM NYE Yoga (Tibetisches Heilyoga). Neben gesprächs- und körpertherapeutischen Sitzungen gibt sie auch Hara Awareness® Sitzungen und assistiert in den Hara Awareness® Trainings.