

KEB Rheinessen:
**Stressbewältigung mit
Achtsamkeit**

**8-Wochen-Online-Kurs vom 19. Januar
bis 09. März 2023 | Noch freie Plätze
vorhanden!**

Von Sybille Russe
11. Nov. 2022



Es gibt Zeiten im Leben, in denen wir Menschen die Anforderungen, die in Beruf und Privatleben an uns gestellt werden, als große Herausforderung und Belastung erleben.

[Hier gelangen Sie zur Veranstaltung](#)