



Anmeldung zum Kurs „Stressbewältigung durch Achtsamkeit“

Hiermit melde ich mich verbindlich für den Kurs „**Stressbewältigung durch Achtsamkeit**“ nach Prof. Dr. Jon Kabat-Zinn unter der Leitung von Frau Dr. med. Sabine Aleff an. Eine Teilnahme am Kurs wird erst nach dem Vorgespräch möglich.

Vor- und Familienname

Geburtsdatum

Strasse, Postleitzahl, Ort

Telefon-Nummer und E-Mail

Mir ist bekannt, dass es sich um eine Schulung und ein Selbsthilfeprogramm handelt, nicht um eine Therapie. Der Kurs kann keine fachärztliche Hilfe ersetzen. Der Kurs findet über 8 Wochen einmal wöchentlich für 2,5 Stunden statt, inklusive eines 7 stündigen Tages der Achtsamkeit.

Ort: _____
Beginn: _____
Tag der Achtsamkeit: _____
Ende: _____

Frau Dr. med. Sabine Aleff hat mich im über den Inhalt und die Übungsmöglichkeiten des Kurses informiert. Ich nehme eigenverantwortlich an der Schulung teil. Wenn mir Übungen oder Themen zu schwierig sind oder ich das Gefühl habe, dass sie meiner Gesundheit nicht dienen, bespreche ich dieses persönlich mit der Kursleiterin.

Die Kursgebühr in Höhe von 350,- € (Brutto) überweise ich unter Angabe meines Namens und des Kurstermins auf das

Konto: 0103 74 91 42
Bankleitzahl: 300 606 01
Deutsche Apotheker- und Ärztebank

Ort/Datum

Kursteilnehmer