

Anmeldung MBSR Kurs – November 2018
Stressbewältigung durch Achtsamkeit
Nach Prof. Dr. Jon Kabat-Zin

Kursleitung: Anja Bernet

Anja Bernet
Alte Schulstr. 8
74172 Neckarsulm
Tel. 07132/49140-52
Fax: 07132/49140-53
E-Mail: info@mbsr-heilbronn.de

Hiermit melde ich mich

Vor- und Familienname	Straße	Postleitzahl	Ort
-----------------------	--------	--------------	-----

Telefon	e-mail
---------	--------

verbindlich zum 8 Wochen Kurs Stressbewältigung durch Achtsamkeit nach Prof. Dr. Jon Kabat Zinn unter der Leitung von Frau Anja Bernet an. Es ist mir bekannt, das es sich bei diesem Kurs um ein Selbsthilfeprogramm und um eine Schulung handelt. MBSR kann eine medizinisch, psychotherapeutische oder sonstige Behandlung sinnvoll ergänzen und im Rahmen der Vorsorge unterstützen. Ersetzten kann es eine medizinisch notwendige Behandlung nicht!

Der MBSR Kurs beginnt am Mittwoch, den 28.11.2018. Der Kurs findet einmal pro Woche für 2,5-3 Stunden statt. Der Tag der Achtsamkeit findet von 09:00-15:00 statt und wird am ersten Termin abgestimmt.

Frau Anja Bernet hat mich über den Inhalt und die Übungsmöglichkeiten des Kurses informiert. Ich bin mir darüber bewusst, dass ich selbstverantwortlich an dem Kurs teilnehme und für alle meine Handlungen die volle Verantwortung trage. Falls mir Übungen zu schwierig sind, oder ich das Gefühl habe, dass sie für meine Gesundheit nicht hilfreich sind, spreche ich dieses an und achte auf meine persönlichen Grenzen.

Bei Rücktritt bis 2 Wochen vor Kursbeginn wird eine Bearbeitungsgebühr von 35,00 Euro berechnet, danach wird die Semingebühr einbehalten, außer es liegt ein ärztliche Attest vor oder es findet sich eine Ersatzperson.

Die Kursgebühr in Höhe von 340,- Euro überweise ich 14 Tage vor Kursbeginn auf folgendes Konto:

Anja Bernet

IBAN: DE98 2004 1111 0324 2849 00

BIC: COBADEHXXX Comdirect Bank

Verwendungszweck: MBSR Kurs November 2018

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Die Kursteilnahme ist erst nach Eingang der Kursgebühr gesichert.

- Ich wünsche die Zusendung des **Achtsamkeits-Newsletter** (ca. 4x pro Jahr) per Mail.
- Zustimmung zur **Datenschutzerklärung (Datenschutzgrundverordnung der EU 2016/679 ab dem 30.05.2018, bitte unbedingt lesen und ankreuzen)** welche Sie auf meiner Website finden, unter <https://cms.e.jimdo.com/app/sf940963467257997/p738eebd5e988c463/?safemode=0&cmsEdit=1>

Datum	Ort	Unterschrift
-------	-----	--------------