

Drop-in Mindfulness

Hver onsdag 13.00 - 14.30

Mindfulness, nærvær og stressreduktion i teori og praksis
Gratis og uden tilmelding for kandidater fra Jobcentret

OBS: vi går i parken til mindfulness, når vejret tillader

Loving Kindness Mindfulness & heartfulness	29. maj
OBS: Ingen mindfulness	5. juni
Mindfulness og jordforbindelse Bjergmeditation	12. juni
Mindfulness og midsommer Taknemmelighed og god sommer	19. juni

På www.karrierecoach.dk under mindfulness finder du guidede mindfulness meditationer