

Perspektiven erfahren

Traumzeit – Zeitraum

Datum:

Jeweils mittwochs

28.09.2022

05.10.2022

12.10.2022

26.10.2022

Zeit:

15:30 bis 16:30 Uhr

Leitung:

Dr. med. Cordula Moppert

Kosten:

Freiwilliger Kostenbeitrag als Spende
nach Ihren Möglichkeiten

Ort:

Begegnungszentrum CURA

Anmeldung:

Begegnungszentrum CURA

Lukas Legrand-Strasse 22

4058 Basel

T +41 79 899 80 75

info@begegnungszentrum-cura.ch



Wünschen Sie eine Auszeit aus dem Alltag, eine Zeit, um mit sich selber zu verweilen, um neue Kraft zu schöpfen oder neue Ideen und Impulse zu finden?

In einem Raum mit Musik, Klängen, Tönen und gesprochener Anleitung zu Entspannung, Ruhe, achtsamem Umgang mit sich selber, oder auch Fantasiereisen, versuchen wir Sie darin zu unterstützen.

Im Kurs erlernen Sie in einer kleinen Gruppe Techniken zur Entspannung und Selbsthypnose.