

Das Thema Achtsamkeit hat mein gesamtes Leben um eine wichtige Dimension bereichert: Das Gehaltensein auch in herausfordernden Situationen. Es macht mir große Freude andere Menschen auf diesem Weg zu inspirieren.

Literaturempfehlungen:

Jesper Juul, Helle Jensen u.a.: »Miteinander. Wie Empathie Kinder stark macht«
Helle Jensen: »Hellwach und ganz bei sich: Achtsamkeit und Empathie in der Schule«
Jon Kabat-Zinn: »Im Alltag Ruhe finden«
Jon Kabat-Zinn: »Achtsamkeit für Anfänger«

Mirjam Baumann-Wiedling hat nach ihrem Magisterstudium der Germanistik und Philosophie als Sachbuchlektorin gearbeitet. Nach ihrer Ausbildung zur systemischen Paar- und Familientherapeutin (DGSF) und Heilpraktikerin für Psychotherapie (HPG) wurde sie 2009 familylab-Seminarleiterin. Sie hat die Grundausbildung "Achtsamkeit leben – Achtsamkeit lehren" absolviert und sich zur MBSR-Kursleiterin ausbilden lassen (Arbor-Seminare). Mirjam Baumann-Wiedling ist verheiratet, hat drei erwachsene Kinder und lebt mit ihrer Familie bei München.



Ort: reset – die Gesundheitsmanufaktur, Adlerstr. 31, 70199 Stuttgart.
Mit öffentlichen Verkehrsmitteln ist der Seminarort gut zu erreichen. Er befindet sich in der Nähe des Marienplatzes im Stuttgarter Süden.

Kosten: 350 €

Frühbucherrabatt: 290 € (-) D Q X D U
(Pausensnacks sind im Preis inbegriffen)

Für wen: pädagogische Fachleute, Eltern und Interessierte.
Das Seminar wird die Form eines Workshops haben, in dem zwischen Vortrag und Übungen hin und her gewechselt wird. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Zeitplan:

Freitag 23.04.2021, 17.00 – 21.00 Uhr
Ankommen, Kennenlernen, erste Übungen zur Einstimmung

Samstag 24.04.2021, 10.00 – 18.00 Uhr (ca. 1,5 Std. Mittagspause)
Wir wechseln ab zwischen Vortrag, Übungen und Austausch.
Beispiele, Anliegen und Fragen der Teilnehmer sind erwünscht.

Sonntag 25.04.2021, 10.00 – 14.00 Uhr
Wir wechseln ab zwischen Vortrag, Übungen und Austausch.
Schwerpunkt: Wie können wir das Gelernte im Alltag umsetzen?

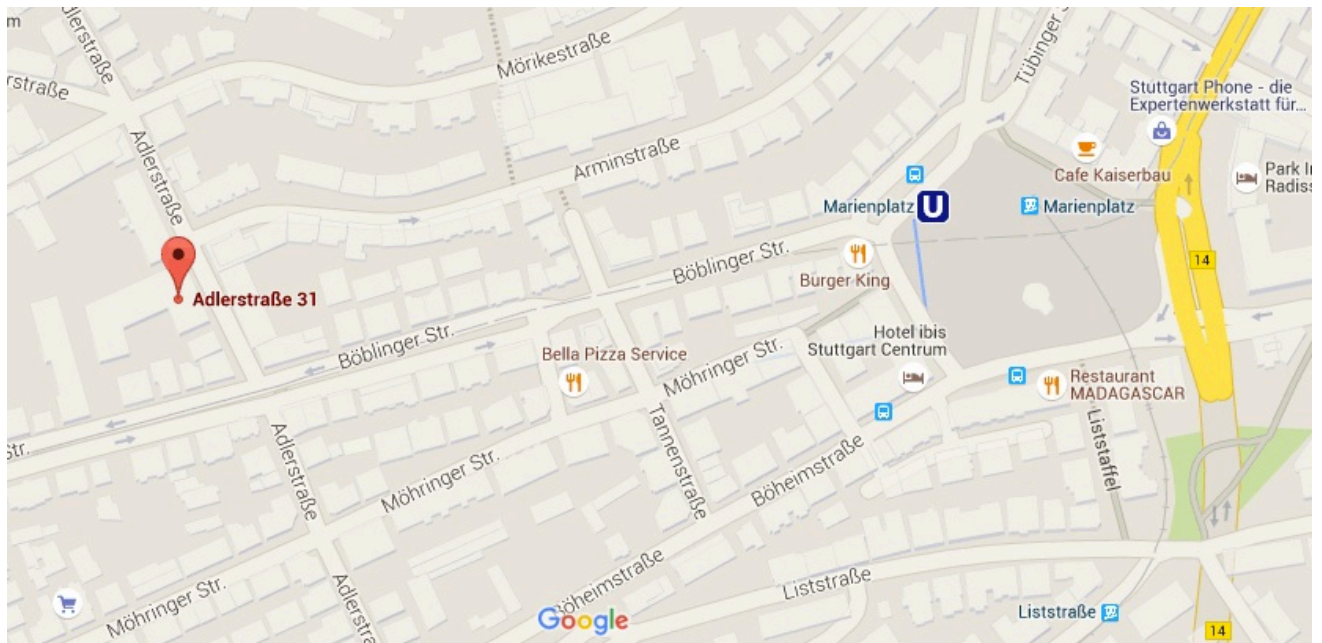
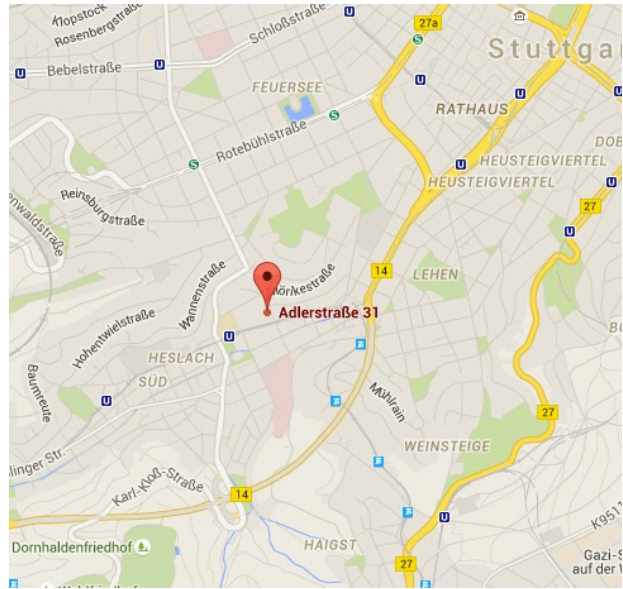
Nähere Informationen und Anmeldung:

Mirjam Baumann-Wiedling • Email: mirjam.baumann@familylab.de
Tel. 089-62242840 • www.mirjam-baumann.de • www.achtsamkeit.mirjam-baumann.de

Anfahrtsskizze zum Workshop

reset – die Gesundheitsmanufaktur, Adlerstr. 31, 70199 Stuttgart

Anfahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln: vom Hauptbahnhof mit dem Bus 42 bis Haltestelle Schickhardtschule. Für Autofahrer sind Parkplätze in geringem Umfang in der Nähe vorhanden.



Hotelliste Nähe Veranstaltungsort reset – Stuttgart, Adlerstr. 31

Hotel ibis Stuttgart Centrum

Marienplatz 8-10
70178 Stuttgart
Tel. 0711-120640
eMail: H3284@accor.com
<http://www.accorhotels.com/de/hotel-3284-ibis-stuttgart-centrum/index.shtml>

Einzelzimmer ab € 66,--



Hotel am Wilhelmsplatz

Wilhelmsplatz 9
70182 Stuttgart
Tel. 0711-210240
eMail: info@hotelamwilhelmsplatz.de
www.hotelamwilhelmsplatz.de

Einzelzimmer ab 75,- €



Hotel Hottmann

Möhringerstr. 99
70199 Stuttgart
Tel. 0711-22070229
eMail: office@hotel-hottmann.de
www.hotel-hottmann.de

Einzelzimmer ab 65,- €



City Hotel Stuttgart

Uhlandstraße 18
70182 Stuttgart
Tel. 0711-210810
eMail: ch@bbv-hotels.de
www.cityhotel-stuttgart.de

Einzelzimmer ab 87,- €



Abalon

Zimmermannstraße 7-9
70182 Stuttgart
Tel. 0711-21710
eMail: info@abalon.de
www.abalon.de

Einzelzimmer ab 84,-€



Pension am Heusteig

Heusteigstr. 30
70180 Stuttgart
Tel. 0711-239300
eMail: ph@bbv-hotels.de
www.am-heusteig.de

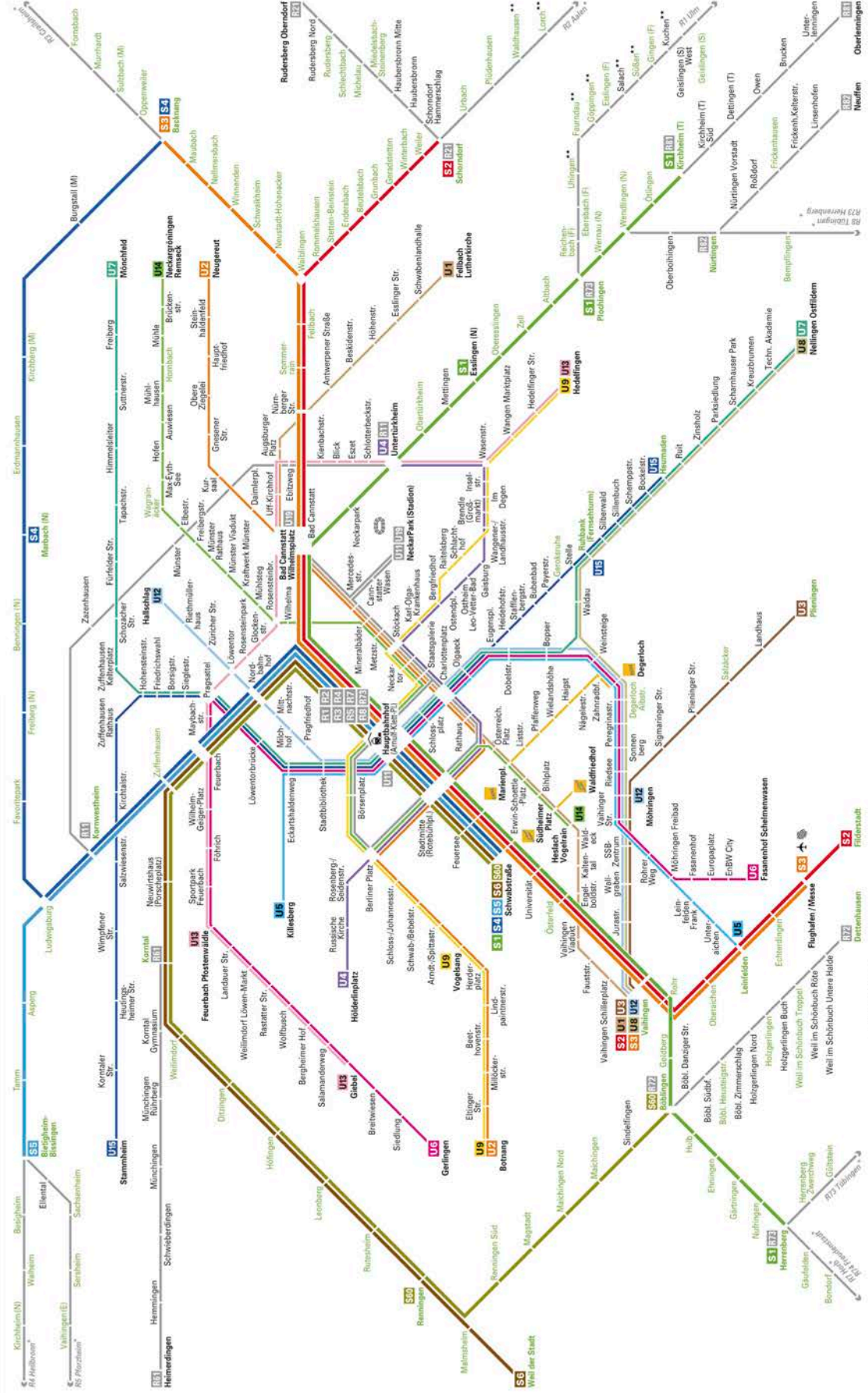
Einzelzimmer ab 65,-€



Verbund - Schienennetz



P+R-Stationen



Herrenberg = Stationen mit P+R-Plätzen
 Degerloch = Stationen ohne P+R-Plätze
 ** VVS-Tarif nur vorüber, nicht zwischen diesen Bahnhöfen
 * nicht im VVS-Tarif
 www.vvs.de
 Tel. 0711 19419
 © VVS 06.2015

Mirjam Baumann-Wiedling
Höhenweg 11
82229 Seefeld

Tel 089 62242840
mirjam.baumann@familylab.de
www.mirjam-baumann.de

familylab - Weiterbildung
»Im Hier & Jetzt statt im Wenn & Aber«
achtsam im Kontakt mit sich und anderen

3-tägiger Workshop mit Mirjam Baumann-Wiedling
für pädagogische Fachleute, Eltern und Interessierte
in STUTTGART, 23. - 25. April 2021

Name Jahrgang.....

Adresse PLZ/Ort/Strasse/Haus-Nr

Email

Web-Seite

Tel

Mobil-Tel

Ausbildungshintergrund

.....

Berufserfahrung

.....

Was erwarten Sie sich von diesem Kurs

.....

Wie sind Sie auf mich aufmerksam geworden

Danke für Ihr Interesse!

Mirjam Baumann-Wiedling