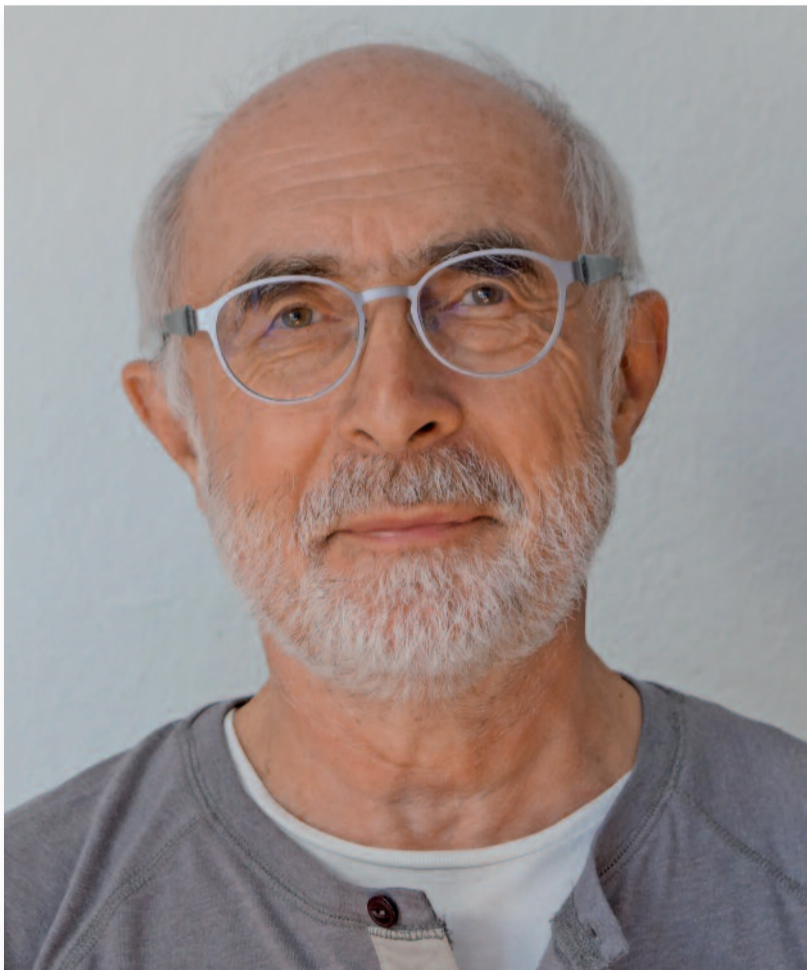


Stressbewältigung durch Achtsamkeit

**Entwicklung von Lebensqualität
trotz schwieriger Zeiten**



**Referent:
Dr. Helmut Nowak,**

**Coach und Lehrer für Stressbewältigung
und Achtsamkeit,**

**Lehrbeauftragter an der
Hochschule Hannover,**

Dozent in der Erwachsenenbildung

Dienstag, 17.09.2019

Beginn 19:00 Uhr

**BVN - FORUM, Kühnsstraße 18a
30559 Hannover-Kirchrode**