



Workshop Basale Stimulation nach Prof. Dr. Fröhlich®

- Thema: Achtsamkeit und Resilienz - Ich mit Mir
- Ort: Berner Bildungszentrum Pflege, Freiburgstrasse 133, 3008 Bern
Raum nach Monitoranzeige
- Datum: 10.04.2026
- Zeit: 18.00 bis 20.00 Uhr, 17.45h Türöffnung
- Zielgruppe: Angehörige, Interessierte, Fachpersonen
- Kosten: Nicht-Mitglieder des IFBS 40 CHF / Mitglied des IFBS 20 CHF
Zahlung vor Ort (Bargeld oder TWINT)
- Vorkenntnisse: Keine nötig
Inhalte & Anmeldung siehe nächste Seite



Mitgliedschaft



Kontakt & Übersicht

Kurs-Inhalte

Ich mit mir

Achtsamkeit unterstützt, im Moment anzukommen und dem eigenen Erleben mit Offenheit und Freundlichkeit zu begegnen. Sie fördert die eigene Resilienz und kann helfen, einen heilsameren Umgang mit Gedanken, Gefühlen und körperlichen Empfindungen zu finden.

Dozent:

Daniel Emmenegger
PB Basale Stimulation MBSR-Lehrer

Anmeldung

Anmeldeschluss: 03.04.2026

Anmeldung via E-Mail an Fränzi Galli:

franziska.galli@bzpflege.ch

Geben Sie Name, Vorname und Zielgruppe an
(Angehörige, Interessierte, Fachperson)

Wenn Sie eine Fachperson sind, geben Sie Ihren Beruf und Institution an.



Newsletter



Kontakt

