

# ONLINE MSC Praxis Termine Februar – Juni 2021

## Achtsames Selbst-Mitgefühl



- Ort: bei dir zu Hause, ONLINE über Zoom
- Inhalt: Geführte Meditation zur Vertiefung der Praxis von Achtsamkeit und Selbst-Mitgefühl, MSC Praxis - Erfahrungsaustausch
- Zielgruppe: Absolvent\*innen eines MSC Achtwochenkurses, MSC Core Skills Trainings, MSC Intensiv oder des „Mit Kindern wachsen – Elternkompass Trainings“...
- Kostenbeitrag: Die Veranstaltung ist kostenfrei. Kleine Spenden im Sinne von Dana sind herzlich willkommen.
- Dauer: jeweils von 18:30 – 19:30 Uhr
- Termine: MO 1.2. / MO 1.3. / MO 29.3. / MO 26.4. / MO 24.5. / MO 28.6.
- Anmeldung: Wenn Du an einem oder mehreren Terminen teilnehmen möchtest, schicke mir bitte ein E-mail. Falls wir uns noch nicht persönlich kennen, beschreibe kurz deine MSC Vorerfahrungen, wann und wo Du an einem MSC Kurs teilgenommen hast.  
Du bekommst dann von mir per E-mail die Bestätigung zur Teilnahme und die Einladung zum Zoom Raum.  
MAIL: [christine.minixhofer@dialogus.at](mailto:christine.minixhofer@dialogus.at)

**Mögen Achtsamkeit und Selbst-Mitgefühl weiter in uns wachsen und uns nähren!  
Von Herzen, Christine Minixhofer**