



**Ursula Appel-Deinert**  
 Dipl. Pädagogin  
 Brüsseler Str. 31  
 50674 Köln  
 Tel.: 0221- 16 84 20 35  
 Mobil: 0176 – 26 12 39 24  
 Email: info@entspannungsinfo.de

## Anerkannte Präventionsangebote 2. Halbjahr 2017

Weitere Termine auf Anfrage möglich



von der zentralen Prüfstelle Prävention zertifiziert und von den gesetzlichen Krankenkassen anerkannt und bezuschusst

Titel	Datum Uhrzeit Dauer	Ort	Kursbeitrag
-------	---------------------------	-----	-------------



### Stressbewältigung/ Stressmanagement

Die Bezuschussung der Krankenkassen beträgt mindestens 75.- € einige Krankenkassen bezuschussen mehr. Erkundigen Sie sich bitte bei Ihrer Krankenkasse!

<b>Stressbewältigung Köln</b>	<b>auf Anfrage</b>	FamForum Agnesviertel Weißenburgstr. 14 50670 Köln	180.- € Eigenanteil: höchstens 105.- €
-----------------------------------	--------------------	--	--



### Autogenes Training (AT)

Die Bezuschussung der Krankenkassen beträgt mindestens 75.- € Erkundigen Sie sich bitte bei Ihrer Krankenkasse!

<b>AT Grundkurs</b>	<b>06.06. – 25.10.2017</b> 19.00 – 20.05 Uhr 18.10. Herbstferien 7 Termine jeweils mittwochs	Praxis Dr. Anne Kaftan Richard-Wagner-Str. 43 Ecke Brüsseler Str. 50674 Köln	135.- €/ Eigenanteil: 60.-€
<b>AT Grundkurs</b>	<b>08.11. – 20.12.2017</b> 19.00 – 20.05 Uhr 7 Termine jeweils mittwochs	Praxis Dr. Anne Kaftan Richard-Wagner-Str. 43 Ecke Brüsseler Str. 50674 Köln	135.- €/ Eigenanteil: 60.- €



**Ursula Appel-Deinert**  
Dipl. Pädagogin  
Brüsseler Str. 31  
50674 Köln  
Tel.: 0221- 16 84 20 35  
Mobil: 0176 – 26 12 39 24  
Email: info@entspannungsinfo.de



## **Progressive Muskelentspannung am Wochenende für Anfänger und Wiedereinsteiger**

**PMR  
Kompakt**

**11.11.2017 und  
12.11.2017**  
Samstag/ Sonntag  
jeweils 14.00 – 17.30 Uhr  
2 Termine

Familienforum Agnes-  
viertel  
Weißenburgstr. 14  
50670 Köln

130.- €/  
Eigenanteil: 55.-€