VERBAND DER ACHTSAMKEITSLEHRENDEN
MBSR-MBCT

Eva Metz

Erfahrene Lehrerin (Level 2)



Diplom Oecotrophologin
Industriekauffrau

Natürlich genährt auf allen Ebenen.
Es ist mir ein Herzensanliegen, die natürliche Ernährung mit essbaren Wildpflanzen und die Achtsamkeit gegenüber der Natur in mein Tun einfließen zu lassen. Als Dipl. Oecotrophologin, Achtsamkeitslehrerin und Coach für essbare Wildpflanzen möchte ich dazu beitragen, dass sich die Menschen bewusst werden, dass wir ein Teil der Natur sind. Achtsames sammeln von essbaren Wildpflanzen trägt dazu bei, dass wir die natürliche Verbindung wieder wahrnehmen können.

Adresse
Mergellstraße 11

34130 Kassel

0561-93715290
0173-7839990
metz.eva@web.de

http://www.esswertsein.de

Achtsamkeitsausbildung
Akademie Heiligenfeld,
seit 1999 Studium Vipassana, Meditation und Achtsamkeit,
Lehrer: Dr. Sylvia Kolk, Karen Kold-Wagner

Fortbildungen
Diplom Oecotrophologin, MBSR Achtsamkeitslehrerin, Tiefenökologie/Holontraining, Erfahrungsfeld Bauernhof Begleitung,

Als Trainer/in in Unternehmen
seit 2008
regional tätig

Erfahrung in:

Gesundheitsmanagement

Weitere Erfahrungen
Ernährungtherapie und Achtsamkeit