VERBAND DER ACHTSAMKEITSLEHRENDEN
MBSR-MBCT

## Evelin Kramer

### Senior Teacher (Level 3)



Dipl.Kirchenmusikerin
Musikpädagogin
Akademiedozentin i.R.

Die Gesundheit des Menschen im ganzheitlichen Sinn liegt mir am Herzen. Durch Achtsamkeit finden wir Zugang zu uns, unseren Bedürfnissen und Ängsten, unserem Wohlbefinden und Glück.
Ich gehe diesen Weg aus voller Überzeugung. Es ist ein roter Faden bzw. eine goldene Schnur in meinem Leben.

Nähere Informationen über mich und mein Profil kannst du auf meiner Homepage mbsr-ulm.de finden. Gerne bin ich bereit, auch individuell angepasste Formate zu entwickeln. kontakt@mbsr-ulm.de


Adresse
Am Hochsträß 10

89081 Ulm

0731 388178
+49 176 56942449
kontakt@mbsr-ulm.de

http://www.mbsr-ulm.de


### Achtsamkeitsausbildung
Arbor Verlag, Freiburg

### Fortbildungen
Dipl. Kirchenmusikerin,
Musikpädagogin,
- Weiterbildung in Zen und Kontemplation,
- Fortbildung Inquiry (Machka, Grimm),
- Fortbildung Biographiearabeit bei Lebensmutig, 2018
- Fortbildung MBST/MBTT 2021/22, Achtsam digital https://achtsam.digital/

### Als Trainer/in in Unternehmen
seit 2016
bundesweit tätig

Erfahrung in:

Gesundheitsmanagement
Team- und Organisationsentwicklung

### Achtsamkeitstraining mit Kindern und Jugendlichen
Pädagogin/Pädagoge

### Weitere Erfahrungen
Regelmäßig MBSR-Kurse an der Universität Ulm, Studiengang Humanmedizin seit 2018 (jeweils SS und WS)
Regelmäßig firmeninterne Trainingskurse Achtsamkeit und Stressbewältigung