

Birgit Kästner

Erfahrene Lehrerin (Level 2)

Sozialpädagogin
Systemische Beraterin
MBSR-Lehrende

Achtsamkeitsausbildung

Forum Achtsamkeit
Institut für Ausbildung, Training und Coaching

Fortbildungen

Sozialpädagogin und Systemische Beraterin
Fortbildungen und Seminare für Beschäftigte im Sozial-
und Gesundheitswesen

Als Trainer/in in Unternehmen

seit 2000
regional tätig

Erfahrung in:
Gesundheitsmanagement

Psychotherapie und Kliniken

Weitere Erfahrungen

Langjährige Erfahrung in der Beratung und Begleitung
von Menschen in psychischen Belastungssituationen
und mit psychischen Erkrankungen.
Langjährige Erfahrung in der Beratung und Begleitung
von Menschen mit chronischen Erkrankungen und
Schmerzen



Adresse

Völckersstr. 7-9

22765 Hamburg Ottensen

☎ 040 880 56 67
☎ 0157 844 66 746
✉ info@birgitkaestner-mbsr.de

<http://www.birgitkaestner-mbsr.de>