

Astrid Hermesmeyer-Kühler

Diplom Soziologin, mbsr Lehrerin
Supervisorin, Coach, Dozentin, Mediatorin
Trainerin für Selbstmanagement und Ressourcen
Achtsamkeit und Ressourcentraining in Beruf und Alltag
Achtsamkeit in Betrieben anbieten
Wissenschaftliche Erkenntnisse zur Achtsamkeit
einbeziehen
Achtsamkeit an der Hochschule unterrichten

Achtsamkeitsausbildung

Europäisches Zentrum für Achtsamkeit, Freiburg

Fortbildungen

mbsr Lehrerin seit 2019,
Dipl.soz.,
Dozentin an der DH,
Supervision seit 1998,
Mediation seit 2005

Als Trainer/in in Unternehmen

seit 1998
regional tätig

Erfahrung in
Gesundheitsmanagement
Personalentwicklung mit Führungskräften
Team- und Organisationsentwicklung



Adresse

Am Affenberg 16
78050 VS-Villingen

☎ 1608330319

✉ a.hermesmeyer@web.de

<http://mbsr-supervision-achtsamkeit.de>