

Judith Heuer

Ärztin
Grafik-Designerin
MBSR-Lehrerin

Auch, wenn es manchmal scheint, als würden sich Umstände nie verbessern, die Situation unveränderlich wäre und du feststecktest, so bist du doch immer nur eine Entscheidung weit davon entfernt, das zu verändern. Ich weiß aus eigener Erfahrung sehr genau, wie es sich anfühlt, in einer schier ausweglosen und unerträglichen Situation festzuhängen, während das Leben an einem vorbeizieht. Gerne begleite ich dich dabei, dein glückliches Selbst wiederzufinden. Ich freue mich auf dich!

Achtsamkeitsausbildung
DFME (Doris Kirch)

Fortbildungen

Grafik-Designerin | Ärztin | Schmerzcoach | Telemedizin
Weiterbildungen u.a. in Schmerztherapie,
Kinderheilkunde, Homöopathie, Naturheilkunde,
Anthroposophie, Ernährung, Mikronährstoffe.
Buddhismus-Studium, Zen-Schulung, Yoga-und
Meditationspraxis seit 1984.
Tätigkeit in eigener Praxis.

Als Trainer/in in Unternehmen

seit 2019
bundesweit tätig

Erfahrung in:

Achtsamkeitstraining mit Kindern und Jugendlichen
Zusatzqualifikation

Psychotherapie und Kliniken

Veröffentlichungen

Covid-19 aus Sicht einer Ärztin und
Achtsamkeitstrainerin

<https://www.zen-based-pain-management.de/post/covid-19-aus-sicht-einer-%C3%A4rztin-und-achtsamkeitstrainerin>



Adresse

Kastorpstr. 15

23560 Lübeck

☎ 045170756221

☎ 01603101492

✉ judith@zen-based-pain-management.de

<http://www.zen-based-pain-management.de>

Update: Covid-19 aus Sicht einer Ärztin und
Achtsamkeitstrainerin

[https://www.zen-based-pain-management.de/post/updat
e-covid-19-aus-sicht-einer-%C3%A4rztin-und-
achtsamkeitstrainerin](https://www.zen-based-pain-management.de/post/update-covid-19-aus-sicht-einer-%C3%A4rztin-und-achtsamkeitstrainerin)

Discover Germany: Achtsamkeit und Medizin: Zwei die
zusammengehören.

[https://www.discovergermany.com/judith-heuer-
achtsamkeit-und-medizin-zwei-die-zusammengehoren/](https://www.discovergermany.com/judith-heuer-achtsamkeit-und-medizin-zwei-die-zusammengehoren/)