

Iris Eichholz

Achtsamkeitslehrende
Hebamme, Heilpraktikerin
Krankenschwester

Was ist Achtsamkeit? Jeden Tag anders. Wach sein für den Moment und den Reichtum, der sich darbietet. HandlungsSPIELräume erschließen. Den Moment mit allen Sinnen wahrnehmen und daraus bewusst den nächsten Schritt wählen.

Egal ob in der Praxis, im Unternehmen, in der Schule oder bei der Hebammenarbeit: DA SEIN ist der Schlüssel, um mit den Gegebenheiten des JETZT kreativ gestaltend umgehen zu können.

Achtsamkeitsausbildung
Institut für Achtsamkeit

Als Trainer/in in Unternehmen
seit 2021
bundesweit tätig

Erfahrung in:

Achtsamkeitstraining mit Kindern und Jugendlichen

Sprachen
Englisch, Deutsch



Adresse

Oberer Eickeshagen 12

42555 Velbert

☎ 02052-8158538

☎ 0174-9886119

✉ info@lebenskunst-achtsamkeit.com

<http://www.lebenskunst-achtsamkeit.com>