

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

6 02052-8158538

6 0174-9886119

http://www.lebenskunst-achtsamkeit.com