VERBAND DER ACHTSAMKEITSLEHRENDEN
MBSR-MBCT

Roger Straub

Heilpraktiker für Psychotherapie
Burnout Coach
Informatiker

Es ist mir ein grosses Anliegen, Menschen dabei zu helfen, Achtsamkeitsrituale in ihren Alltag zu integrieren. Dazu widme ich mich mit viel Begeisterung und stetiger Neugier dem komplexen Thema Achtsamkeit. Ich möchte, dass Menschen mehr darüber erfahren und verstehen, wie ihr Körper und Geist funktionieren. Gern begleite ich Sie dabei, Ihre Quelle der Achtsamkeit und Ihr persönliches Potenzial zu entdecken – im Privaten sowie im Beruf.

Achtsamkeitsausbildung
Odenwald Institut

Als Trainer/in in Unternehmen
seit 2017
bundesweit tätig

Erfahrung in
Gesundheitsmanagement
Personalentwicklung mit Führungskräften
Team- und Organisationsentwicklung

Veröffentlichungen
Ist Stress messbar? (HRV Stressmessung)
https://entdecke-deine-quelle.de/ist-stress-messbar/

Was bring mir die Achtsamkeit?
https://entdecke-deine-quelle.de/achtsamkeit-zdf-sendung-mit-gert-scobel/

Achtsamkeit – Was ist das?
https://entdecke-deine-quelle.de/achtsamkeit-was-ist-das/

Adresse
Förster-Blanke-Str. 58
33154 Salzkotten

+49 2955 743 623
+49 152 53 58 58 43
info@entdecke-deine-quelle.de

https://www.entdecke-deine-quelle.de