

## Nicole Zijnen

MBSR-Lehrerin  
Heilpraktikerin für Psychotherapie

Mit der Praxis der Achtsamkeit (MBSR und Mindful2Work) möchte ich vermitteln, wie Sie Stress reduzieren und damit Lebensfreude, besseren Schlaf und Resilienz fördern.

### Achtsamkeitsausbildung

Arbor Seminare, Freiburg

### Fortbildungen

Mindful2Work

### Als Trainer/in in Unternehmen

seit 2017

bundesweit tätig

Erfahrung in  
Gesundheitsmanagement  
Personalentwicklung mit Führungskräften  
Team- und Organisationsentwicklung

### Sprachen

englisch, französisch, deutsch



### Adresse

Dornbachstrasse 5b  
61440 Oberursel

☎ 00491783864477

☎ 00491783864477

✉ Nicole.Zijnen@praxis-lebensfreu.de

<http://www.praxis-lebensfreu.de>