VERBAND DER ACHTSAMKEITSLEHRENDEN
MBSR-MBCT

Ursula Berner

Dipl. Sozialpädagogin
Leiterin einer Erwachsenenbildungseinrichtung

In meiner über 30-jährigen Tätigkeit in der Jugend- und Erwachsenenbildung ist es mir ein Anliegen geworden, Menschen auf ihren unterschiedlichen Wegen zu begleiten und ihnen Räume für Begegnung und Persönlichkeitsentwicklung zu öffnen. Als MBSR-Lehrerin möchte ich für Sie die Räume der Achtsamkeit öffnen und Wege aufzeigen, wie Sie in privaten und beruflichen Stresssituationen von der Achtsamkeit profitieren können - und ihr Leben bewusster und achtsamer gestalten können.

Achtsamkeitsausbildung
MBSR- und Achtsamkeitslehrerin

Als Trainer/in in Unternehmen
seit 2021
regional tätig

Erfahrung in
Gesundheitsmanagement

Adresse
Uhlandstraße 3
78532 Tuttlingen

07461-96598020
ursula.berner@keb-tuttlingen.de

https://www.keb-tuttlingen.de