

## Lola Viola Gut

Sozialpädagogin M.A.  
Systemische Coach  
Heilpraktikerin für Psychotherapie i.A.

Hi, ich bin Lola Gut, ausgebildete MBSR & MBCL Lehrerin, systemische Coach & Sozialarbeiterin M.A.. Für mich stellt die Praxis der Achtsamkeit eine wunderbare und abwechslungsreiche Möglichkeit dar um Ressourcen zu entwickeln die dazu befähigen einen selbstbestimmten & gesunden Umgang mit den beruflichen & persönlichen Herausforderungen zu finden & dabei liebevoll und heiter im Kontakt zu sein. Im Kontakt mit Uns, unseren Gefühlen, unserem Körper, unseren Gedanken & den Menschen die uns umgeben

### Achtsamkeitsausbildung

Ausbildung zur MBSR & MBCL-Lehrerin am Institut für Achtsamkeit  
zert. Systemische Coach

Klassische MBSR-Kurse, Einzelbegleitung (MBSR-intensiv)  
Achtsamkeit & Stressbewältigung im Unternehmen, Workshops, Fortbildungen, Teamtage und Vorträge, Stressbewältigung für Menschen in päd. Arbeitsfeldern & helfenden Berufen.

### Fortbildungen

Gerne führe ich auch in Ihrem Unternehmen Fortbildungen, Workshops und Vorträge zum Thema Stressbewältigung und Achtsamkeit durch.  
Systemisches Coaching für Privatpersonen & Fachkräfte.  
Für weitere Infos sprechen Sie mich gern einfach an.

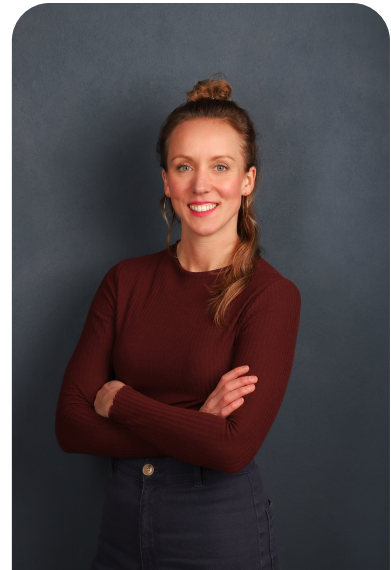
### Als Trainer/in in Unternehmen

seit 2017  
bundesweit tätig

Erfahrung in:  
Gesundheitsmanagement  
Personalentwicklung mit Führungskräften  
Team- und Organisationsentwicklung

### Achtsamkeitstraining mit Kindern und Jugendlichen

Pädagogin/Pädagoge



### Adresse

Fuldastraße

28199 Bremen

☎ 01783026523  
✉ lolavgut@gmail.com

<http://www.mindfulpanda.de>

Weitere Erfahrungen

Systemische Coach  
Führungskräfte Coach  
MBSR-Trainerin  
MBCL-Trainerin  
Yogalehrerin  
Sozialarbeiterin M.A