

Jörg Degener

MBSR Lehrer

Es ist mir ein Anliegen, Menschen zu unterstützen und einen Weg hin zu Gelassenheit, tiefer, persönlicher Weiterentwicklung und Gesundheit durch Achtsamkeit zu begleiten und zu fördern. Mein Angebot sind regelmäßige MBSR Kurse, Achtsamkeitstage zur Vertiefung und Einzelsitzungen.

Achtsamkeitsausbildung

Institut für Achtsamkeit (2022)

Als Trainer/in in Unternehmen

seit 2022 bundesweit tätig

Erfahrung in:

Gesundheitsmanagement
Team- und Organisationsentwicklung

Achtsamkeitstraining mit Kindern und Jugendlichen

Zusatzqualifikation

Weitere Erfahrungen

Achtsamkeit mit Kindern

Sprachen

Englisch, Deutsch



Adresse

Baumschulenstrasse 24

22941 Bargteheide

♣ +49 172 2159070

http://www.8same-wege.de