

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

☎ 015116738945

✉ 8same.wege@gmail.com

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