

Laura Inga Gaida

Yogalehrerin (500h)
Wirtschaftspsychologin (M.Sc.)
Fitnessökonomin (B.A.)

Mein Motto: Mit Menschen und für Menschen!
Andere auf ihrem Weg zu mehr Achtsamkeit begleiten
zu dürfen, erfüllt mich mit Glück und Dankbarkeit. Zu
sehen wie Teilnehmer/innen ihre Bedürfnisse
wahrnehmen, Mitgefühl und echte Selbstfürsorge
entwickeln und damit ihre mentale Gesundheit stärken,
zeigt mir wie wichtig und sinnvoll meine Tun ist. Eine
Zusatzausbildung als Ersthelferin für Mentale
Gesundheit (MHFA) bietet dir und mir noch mehr
Sicherheit und Geborgenheit.

Als Trainer/in in Unternehmen

seit 2014
bundesweit tätig

Erfahrung in:
Gesundheitsmanagement
Personalentwicklung mit Führungskräften
Team- und Organisationsentwicklung

Sprachen

Englisch, Deutsch



Adresse

Ripperg 6

74523 Schwäbisch Hall

☎ +4917620112487

✉ hallo@lauragaida.com

<http://www.lauragaida.com>