VERBAND DER ACHTSAMKEITSLEHRENDEN
MBSR-MBCT

Kerstin Winkler

Kommunikationswirtin

Ich begleite Menschen dabei, innezuhalten, sich selbst klarer wahrzunehmen und wieder bewusster, freier und mit mehr Freude zu leben. In meinen Angeboten darf Entwicklung menschlich sein: mit Fragen, Widerständen, Humor und ohne den Anspruch, alles richtig machen zu müssen.

Achtsamkeitsausbildung

MBSR-Lehrer-Ausbildung 2023-2024 am Odenwald-Institut

Fortbildungen

Leadercamp: The Magic of Mindful Self-Awareness (2025), Fascilitation-Camp "Journey to Mindfulness" (2023), Neurowissenschaftliche Erkenntniss für Change-Prozesse (2022), Design Thinking Practitioner (2021)

Als Trainer/in in Unternehmen

seit 2022
bundesweit tätig

Erfahrung in:

Team- und Organisationsentwicklung

Weitere Erfahrungen

Mindfulness Trainerin bei der Deutschen Telekom

Adresse

57635 Kircheib

0175 7166 729
hallo@nur-die-ruhe.net

http://www.nur-die-ruhe.net