VERBAND DER ACHTSAMKEITSLEHRENDEN
MBSR-MBCT

Ulrike Schlicht



Fachärztin für Psychatrie
Sozialmedizin

In unserer sich schnell verändernden Welt verlieren wir leicht das Wesentliche aus den Augen - unsere innere Ruhe. Wenn Sie den Herausforderungen des Lebens gelassener begegnen wollen, ist ein MBSR Kurs das Richtige für Sie. Teilnehmer berichten oft von einer tiefen Veränderung in ihrem Leben. Sie fühlen sich entspannter, klarer im Kopf und sind besser in der Lage, den alltäglichen Stress zu bewältigen.

Achtsamkeitsausbildung
Odenwaldinstitut

Fortbildungen
Fachärztin für Psychiatrie und Sozialmedizin

Als Trainer/in in Unternehmen
seit 2025
regional tätig

Erfahrung in:

Gesundheitsmanagement

Weitere Erfahrungen
MBSR Kurs für das betriebliche Gesundheitsmanagment der Universität Saarbrücken, Tag der Gesundheit
Deutsche Rentenversicherung RLP

Adresse

67697 Otterberg

016095955937
016095955937
kontakt@mbsr-otterberg.de

http://mbsr-otterberg.de