

## Diana Oppermann

MBSR-Lehrerin/Achtsamkeitstrainerin  
Dipl. Kommunikationswirtin (DHBW)

Humor, Herzlichkeit, Offenheit und Klarheit zeichnen meine Arbeitsweise aus. Es motiviert mich zutiefst zu sehen, wie Transformation durch MBSR gelingen kann und Menschen einen tieferen Zugang sowie mitfühlenden und gesunden Umgang mit sich entwickeln. Menschen dabei zu begleiten und zu ermutigen ist für mich sinnstiftend und ein wichtiger Beitrag für unsere Gesellschaft.

**Achtsamkeitsausbildung**  
achtsamkeitszentrum.berlin

**Als Trainer/in in Unternehmen**  
seit 2023  
bundesweit tätig

Erfahrung in:  
Gesundheitsmanagement

**Achtsamkeitstraining mit Kindern und Jugendlichen**  
Zusatzqualifikation

**Sprachen**  
Englisch, Deutsch



**Adresse**  
HOHENHAUSGASSE 12

78462 KONSTANZ

☎ 017624909540

✉ mail@dianaoppermann.de

<http://www.dianaoppermann.de>