

Tobias Rook

MBSR - Lehrer
systemischer Einzel-, Paar- und Familientherapeut
(DGSF)
Sozialpädagoge (FH)

Als MBSR-Lehrer sowie systemischer Berater und
Therapeut (DGSF) begleite ich Menschen dabei, einen
bewussteren und freundlicheren Umgang mit Stress und
Herausforderungen zu entwickeln. In meinen Kursen
entsteht ein klarer, traumasensibler Rahmen, in dem
Achtsamkeit erfahrbar wird.

Achtsamkeitsausbildung
im Achtsamkeitszentrum Berlin bei Günter Hudasch



Adresse

Kniepervorstadt

18435 Stralsund

☎ 01702744202
✉ tobiasrook@posteo.de

<http://tobiasrook.carrd.co>