

## Michael Keßler

systemischer Berater Dipl. Pädagoge Erwachsenenbildung/ Betriebspädagoge

Michael Keßler (Jahrgang 1974)

- bereits mehr als dreißig Jahre auf dem Weg zu lachender Achtsamkeit, mit viel Erfahrung in Meditation und Yoga.
- langjährige Erfahrung in der Erwachsenenbildung u.a. mit den Themen Zeitmanagement/Work-Life-Balance.
- als Lehrer mit dem Thema "Achtsamkeit in der Schule" und MBSR nach Jon Kabat-Zinn auf dem Weg.

## Achtsamkeitsausbildung

mbsr-Lehrer (Institut für Achtsamkeit) Achtsamkeit in der Schule (Benediktushof)

Als Trainer/in in Unternehmen

seit 2004 regional tätig

Erfahrung in:

Personalentwicklung mit Führungskräften Team- und Organisationsentwicklung

Achtsamkeitstraining mit Kindern und Jugendlichen

Pädagogin/Pädagoge Zusatzqualifikation



Adresse Ringstraße 14

66636 Tholey

♦ 015782476443☑ gelao@posteo.de

http://www.gelao.de/kursangebotebirkenfele