

Jennifer Kapferer

Diplom Pädagogin
Berufsschullehrerin

Was macht ein wirklich erfülltes Leben aus? Wie können wir bewusster und verbundener leben – und aus dem, was das Leben uns bringt, gestärkt hervorgehen? Diese Fragen begleiten mich schon lange und begeistern mich, besonders in der Arbeit mit Menschen. Achtsamkeit bereichert mein eigenes Leben seit vielen Jahren – in guten wie in herausfordernden Momenten.

Als MBSR-Lehrerin möchte ich einen Ort schaffen, an dem du Achtsamkeit in Ruhe, mit Humor, Tiefe und echtem „einfach Sein“ entdecken kannst.

Achtsamkeitsausbildung

Beim Institut für Achtsamkeit

Weitere Erfahrungen

MBSR-Kurse an Berufsfachschulen für Erzieher:innen



Adresse

Sillemstraße 38

20257 Hamburg

☎ 0176/22217385

✉ hello@mindfulandpure.info