

Ingeborg Reinhard-Meyer

dipl. Sozialpädagogin
MBSR Trainerin

Ziel des Kurses ist es, Stressmuster bewusster wahrzunehmen, innere Ruhe zu stärken sowie mehr Gelassenheit und Selbstfürsorge nachhaltig in den Alltag zu integrieren. Im Mittelpunkt steht eine offene, herzliche druckfreie Atmosphäre, in der Achtsamkeit alltagstauglich und praxisnah gelebt und vermittelt wird. Der Kurs ist nach § 20 SGB V zertifiziert und bei den Krankenkassen erstattungsfähig.

Als Trainer/in in Unternehmen

seit
bundesweit tätig

Erfahrung in:

Team- und Organisationsentwicklung

Sprachen

Englisch, Deutsch



Adresse

<http://www.ingeborg-reinhard-meyer-mbsr.c>