

Lena Raab-Tsering

Physiotherapeutin, achtsamkeitsbasiert
MBSR-Lehrerin
Manuelle Therapie, Lymphdrainage, Atemtherapie,
Krankengymnastik am Gerät

Chancen und Lösungen erkennen, wo keine scheinen.
Als achtsamkeitsbasierte Physiotherapeutin und MBSR-
Lehrerin begleite ich Menschen mit Schmerz, Krankheit
und Verlust, dem, was ist, freundlich zu begegnen – mit
Mut, Mitgefühl, Humor und Zuversicht.

Achtsamkeitsausbildung

MBSR: Institut für Achtsamkeit und Stressbewältigung
bei Dr. Linda Lehrhaupt
Physiotherapie: Physiotherapieschule Friedrichsheim an
der Orthopädischen Universitätsklinik Frankfurt am Main

Fortbildungen

Selbstmitgefühl und Mitgefühl mit Stress, Schmerz und
Trauer (CBCT, MBCL), Angehörige Krebskranker und
Trauernde, Physiotherapeutin, Manuelle Lymphdrainage,
Atemtherapie, PMR, achtsamkeitsbasierter Umgang mit
Schmerz
Happy Panda Training (Achtsamkeit für Kinder von 4-10
Jahre)

Als Trainer/in in Unternehmen

seit 2013
regional tätig

Erfahrung in:

Gesundheitsmanagement
Personalentwicklung mit Führungskräften

Weitere Erfahrungen

Erfahrung mit sterbenden Menschen



Adresse

Böttgerstrasse 20

60389 Frankfurt

☎ 01525-4002572
✉ raabtsering@gmail.com