

Anne Dahl

Erfahrene Lehrerin (Level 2)

Kursleiterin für achtsamkeitsbasierte Meditationen
Kurse MBSR, MBCL, MSC, TAA, Gefühlsfärbung
Referentin für achtsamkeitsbasierte Lehrer:innenbildung
(AVE)

Ich konnte an mir selbst erfahren, wie hilfreich
Achtsamkeit und Selbstmitgefühl sind, um gelassener
mit allem, was uns im Leben begegnet, umzugehen.
Hinter meiner Arbeit steht die Intention, möglichst vielen
Menschen Achtsamkeit und Mitgefühl näher zu bringen,
um die Tür zu mehr Zufriedenheit im Leben einen
kleinen Spalt zu öffnen, in der Hoffnung, sie mögen sie
weit aufstoßen.

Ein besonderes Anliegen ist für mich, Achtsamkeit im
pädagogischen Bereich zu fördern.

Achtsamkeitsausbildung

Referentin für achtsamkeitsbasierte Lehrer:innenbildung
(AVE-Institut)

MBSR: Gießener Forum

MBCL: Institut für Achtsamkeit

MSC: Center for Mindful Self-Compassion

TAA: Gießener Forum

Fortbildungen

Deutsch, Englisch, Französisch, Spanisch

Als Trainer/in in Unternehmen

seit 2014

bundesweit tätig

Erfahrung in:

Gesundheitsmanagement

Achtsamkeitstraining mit Kindern und Jugendlichen

Pädagogin/Pädagoge

Zusatzqualifikation

Weitere Erfahrungen

AISCHU-Fortbildung



Adresse

10715 Berlin

☎ 03089742155
☎ 017651818704
✉ adahl13@gmail.com

Sprachen

Englisch, Französisch, Deutsch, Spanisch