

MBSR – achtsam leben, lieben und arbeiten

Kostenloser Infoabend

Datum: **23.11.2022**

Leitung: **Tatini Petra Schmidt**

Anzahlung 0,00 €

» [Link zur Kursbeschreibung und Online-Buchung](#)

Ansprechpartnerin

Lamhita Szarafinski

Tel. 0221-57407-24

l.szarafinski@uta-akademie.de

Montag - Freitag

11:00 - 16:00 Uhr

Information und Beratung

Am 25. Januar 2023 startet der Trainingskurs "MBSR – achtsam leben, lieben und arbeiten", das Achtsamkeitstraining nach Prof. Jon Kabat-Zinn.

Tatini Petra Schmidt leitet das Training, informiert über die Inhalte und Abläufe und steht Interessierten für Fragen und eine individuelle Beratung zur Verfügung.

Die kostenfreie Infoveranstaltung steht allen Interessierten offen, eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich.

Zugehöriges Angebot

MBSR – achtsam leben, lieben und arbeiten

25.01. - 29.03. 2023

Infoabend

23. November 2022

19:00 - 21:00 Uhr

Kostenlos

Dozent*innen

Tatini Petra Schmidt

Beraterin, Heilpraktikerin und Dozentin für Naturheilkunde, MBSR-Lehrerin und MBSR Ausbilderin (Mindfulness-Based Stress-Reduction nach Prof. J.K.Zinn) und zertifizierte MSC- (Mindful Self- Compassion nach Prof. Neff& PhD. Germer) Lehrerin, Lehrbeauftragte für Achtsamkeit an der Uni (Wuppertal).

Sie ist in eigener Naturheilpraxis und als Beraterin für achtsamkeits- und mitgefühlsbasierte Konzepte in Unternehmen, in Schule und Universität tätig.