

## Cäcilia Krämer

### Erfahrene Lehrerin (Level 2)

zertifizierte MBSR / Senior MSC / Dyaden Lehrerin

Die tägliche Meditationspraxis ist seit vielen Jahren ein unverzichtbarer Teil meines Alltags und bildet die Grundlage der hier angebotenen Kurse. Es bereitet mir große Freude, die in den Kursen entstehenden Wachstumsprozesse zu begleiten.

### Achtsamkeitsausbildung

- MBSR Lehrer Ausbildung bei Arbor-Seminare & cfm Zürich
- MSC Lehrer Ausbildung bei Christopher Germer, Christine Brähler u.a. bei "Center of Mindful Self-Compassion" CMSC
- MSC Senior Teacher Zertifizierung bei UC San Diego Center for Mindfulness - School of Medicine
- Zertifizierung Humanize Dyadentrainerin

### Fortbildungen

Außerdem langjährige achtsamkeitsbasierte Körperarbeit: Hatha Yoga, Kontaktimprovisation, Sensory Awareness nach Charlotte Selver

### Als Trainer/in in Unternehmen

seit 2016  
bundesweit tätig

Erfahrung in:

Gesundheitsmanagement  
Team- und Organisationsentwicklung

### Weitere Erfahrungen

Gründungsmitglied MSC Lehrer\*innen Netzwerk, Zusammenarbeit mit Prof. Dr. Tania Singer, Max-Planck-Inst



### Adresse

12101 Berlin

☎ +49 (0) 173 64 64 020

✉ mail@achtsamkeitskultur.de

<http://www.achtsamkeitskultur.de>