

Oliver Hug

Achtsamkeitstrainer
Systemischer Berater
Coach

Als Berater und Coach befasse ich mich seit Jahren mit der Frage, wie wir mit den Herausforderungen des (Berufs-) Lebens besser umgehen können. Mir sind dabei immer ganzheitliche Ansätze besonders wichtig. Ausgehend von meiner eigenen über 10 jährigen Praxis freue ich darauf Ihnen die Konzepte und Methoden der Achtsamkeit zu vermitteln und mit Ihnen einen Lernraum zu gestalten, der dabei Freude und auch Erfahrungen möglich macht.

Achtsamkeitsausbildung

Institut für Achtsamkeit, Linda Lehrhaupt

Fortbildungen

MBSR Lehrer,
MBCL Lehrer (Mindfulness based Compassionate Living),
Trainer Stressbewältigung (DFME), Systemischer Berater (SG),
Integraler Business Coach,
Dipl.Ing. Wirtschaftsingenieurwesen,

Als Trainer/in in Unternehmen

seit 2005
bundesweit tätig

Erfahrung in:

Personalentwicklung mit Führungskräften
Team- und Organisationsentwicklung



Adresse

Belziger Str. 69/71
10823 Berlin

☎ 030 794 90 99 12

☎ 0151 5260 11 92

✉ info@heartful-leadership.de

<http://www.heartfulleadership.institute>