

Dennis Alter

Freiberuflicher Achtsamkeitslehrer / Trainer / Coach
Inhaber Achtsamkeit in Unternehmen
20 Jahre Erfahrungen im Vertrieb und als Führungskraft
Als MBSR Lehrer für Stressbewältigung durch
Achtsamkeit ist es mir wichtig, stets einen Bezug zum
Alltag zu finden. Als Familienvater mit 2 Kindern und
ehemaliger Vertriebsleiter in einem Konzern konnte ich
in den Jahren meine Achtsamkeitspraxis im Alltag
ausprobieren. Diese Erfahrung integriere ich in meinen
Kursen und Trainings für Privatpersonen und der
Integration von Achtsamkeit in Unternehmen.

Achtsamkeitsausbildung

MBSR / MBCL Lehrer
Trainer Achtsamkeit in Unternehmen

Fortbildungen

Erfahrung als Führungskraft in internationalen
Unternehmen.

Als Trainer/in in Unternehmen

seit 2005
bundesweit tätig

Erfahrung in:

Gesundheitsmanagement
Personalentwicklung mit Führungskräften
Team- und Organisationsentwicklung



Adresse

Briesnitzer Höhe 27a
01157 Dresden

☎ 01751814816

✉ info@mbsr-achtsamkeit-dresden.de

<https://www.MBSR-Achtsamkeit-Dresden.d>