

Catherine Hanek

Training Achtsamkeit in Organisationen (TAO), MBSR-
Lehrerin, Systemischer Coach

Nach über 20 Jahren Vertriebs- und Trainertätigkeit in
einem international tätigen Unternehmen, bin ich intern
in den Bereich „BGM“ gewechselt und konnte hier meine
Kollegen*innen im Sinne einer ganzheitlichen
achtsamkeitsbasierten Stressbewältigung-, Resilienz-
und Persönlichkeitsentwicklung begleiten.

Diese praxisnahen Erfahrungen aus beiden Bereichen
prägen meine heutige Arbeit und fließen in all meine
Trainings, Workshops und Coachings ein.

It is all about people – it is all about you.

Achtsamkeitsausbildung

Odenwald Institut

Fortbildungen

TAO

Als Trainer/in in Unternehmen

seit

bundesweit tätig

Erfahrung in:

Gesundheitsmanagement

Personalentwicklung mit Führungskräften

Team- und Organisationsentwicklung



Adresse

65191 Wiesbaden

☎ +49 170 2325 956

✉ info@raum-achtsamkeit.de

<http://www.raum-achtsamkeit.de>