Myriam Denzel

MBSR Lehrerin
Europalehrerin M.A. (Französisch, Deutsch, PoWi)

Leben bedeutet für mich Lernen, neugierig sein auf die Welt, Kreativität u. Anfängergeist zu üben. Unser Leben ist komplex und so ist Stress Teil unseres Lebens. Im Lern-, Arbeitskontext, in unserem Menschsein als Ganzes kommt der Pflege unserer mentalen u. physischen Gesundheit die Schlüsselrolle zu. Lernen wir, den „Dingen des Lebens“, Stress im weitesten Sinne, auf förderliche Weise zu begegnen, Halt(-ung) zu finden, unser Bewusstsein zu kultivieren, um Resonanz und Verbundenheit zu erfahren!

Achtsamkeitsausbildung
Achtsamkeitsinstitut Ruhr: Petra und Jörg Meibert, Dr. Johannes Michalak, Knut Jöbges, Lot Heijke, Gerlinde Albrecht

Fortbildungen
hybride Kursteilnahme via Zoom möglich

Als Trainer/in in Unternehmen
seit 2021
bundesweit tätig

Erfahrung in:

Personalentwicklung mit Führungskräften
Team- und Organisationsentwicklung

Achtsamkeitstraining mit Kindern und Jugendlichen
Pädagogin/Pädagoge
Zusatzqualifikation

Weitere Erfahrungen
Achtsamkeitstrainings für Lehrkräfte (engl. / deutsch / franz.)

Sprachen
Englisch, Französisch, Deutsch

Adresse
Paul-Martin-Ufer
68163 Mannheim-Neuostheim

0172/7212285
0172/7212285
denzel@achtsam-md.de

http://www.achtsam-md.de