Silke Bülte

MBSR-Lehrerin , MSC-Lehrerin
Entspannungspädagogin
Diplom-Oecotrophologin

Mit meinen Kursen, die Achtsamkeit und Mitgefühl verkörpern, unterstütze ich Sie dabei, einen neuen Umgang mit Stress und schwierigen Lebenssituationen zu finden und mit sich selbst Freundschaft zu schließen, Diese Qualitäten und Ressourcen haben mir auf meinem Weg in schwierigen Lebensphasen stets geholfen. In meinen Kursen ist es mir wichtig, einen Raum zu öffnen, in dem die Teilnehmer so sein dürfen wie sie sind.

Achtsamkeitsausbildung

Rüdiger Standhardt (Giessener Forum)

Weitere Erfahrungen

MSC-Achtsames Selbstmitgefühl□□PNT- Positive Neuroplastizität nach Dr. Rick Hanson □□Trauma-Sensitive

Adresse

53129 Bonn

0151 21822112
info@mbsr-silkebuelte.de
http://mbsr-silkebuelte.de