

**Andrea Schulte-Braatz**  
**Senior Teacher (Level 3)**

Dipl.-Pädagogin  
MBSR-/MBCT-/MBPM-Lehrerin  
Supervisorin für MBSR-/MBPM-Lehrende

Viele Menschen leben mit chronischen Erkrankungen bzw. chronischen Schmerzen. Ich möchte mit meinen unterschiedlichen Kursangeboten dazu beitragen, die Arbeitsfähigkeit trotz dieser Herausforderungen zu erhalten oder vielleicht modifiziert wieder zu erlangen. Achtsamkeit im Alltag, ein sehr bewusstes Einteilen meiner Kraft und meiner Ressourcen unterstützt auf diesem Weg.

**Achtsamkeitsausbildung**

Dr. Linda Lehrhaupt (Institut für Achtsamkeit und Stressbewältigung); Petra Meibert (Achtsamkeitsinstitut Ruhr); Colette Power (Breathworks/Achtsamkeitsinstitut Ruhr);

**Fortbildungen**

Dipl.-Pädagogin, MBSR Senior Teacher, Mindful Supervision Training (Lot Heijke) 2019/2020, MBPM-Lehrerin seit 2020;  
Supervisorin für MBSR- und MBPM-Lehrende (vom MBSR/MBCT-Verband anerkannt; von Breathworks für MBPM anerkannt)

**Als Trainer/in in Unternehmen**

seit 2014  
bundesweit tätig

Erfahrung in:

Gesundheitsmanagement  
Personalentwicklung mit Führungskräften

**Weitere Erfahrungen**

30 Jahre Berufserfahrung als Diplom-Pädagogin im Bereich Berufliche Bildung, Beratung und Unterricht

**Sprachen**

Englisch, Deutsch

**Veröffentlichungen**

Achtsam durch die zehn Jahreszeiten - Die Natur im Wandel beobachten, Kreativität wiederentdecken  
<https://www.amazon.de/Achtsam-durch-die-zehn-Jahreszeiten>



**Adresse**

Gothmunder Weg 10a  
23568 Lübeck

☎ 0451/14091141  
☎ 0176/ 32114371  
✉ [info@mbsr-luebeck.de](mailto:info@mbsr-luebeck.de)

<https://www.mbsr-luebeck.de>

zeiten/dp/3748142412/ref=tmm\_pap\_swatch\_0?\_encoding=UTF8&qid=&sr=