

# Mindful Life Trainer



**ACHTSAM  
KEITS  
AKADEMIE**

WE WORK THE MINDFUL WAY

<b>Modul</b>	<b>Trainer/in</b>	<b>Termine</b>	<b>Anmerkungen</b>
MODUL 1. <b>Mindful Life.</b> Grundlagen der Achtsamkeit.	Klaus Kirchmayr Susanne Strobach	07.+08.09.2018	Pflichtmodul
MODUL 2. <b>Mind &amp; Happiness.</b> Positive Psychologie & Resilienz.	Renate Pils	26.+27.10.2018	
MODUL 3. <b>Achtsame Raumwahrnehmung.</b> Wesen und Wirken des gesunden Arbeitsplatzes.	Sigrid Steinwender	16.+17.11.2018	
MODUL 4. <b>Mindful Eating.</b> Nahrung für Körper & Seele.	Laura Milojevic	14.+15.12.2018	
MODUL 5. <b>Fulfilling Relations.</b> Die Kunst der Begegnung & achtsamen Kommunikation.	Nana Walzer Susanne Strobach	11.+12.01.2019	ein Termin für beide Lehrgänge gemeinsam
MODUL 6. <b>Mindful Self Compassion</b> – Achtsames Selbst-Mitgefühl	Helga Luger-Schreiner	01.+02.02.2019	
MODUL 7. <b>How to be a Mindful Trainer.</b> Wie die Umsetzung gelingt.	Klaus Kirchmayr Susanne Strobach	08.+09.03.2019	Pflichtmodul

**ACHTSAMKEITS AKADEMIE WIEN**

www.achtsamkeits-akademie.at | sinnvoll@achtsamkeits-akademie.at | Tel: +43 680 3163 310

