

## Rubrik „Achtsam lehren & lernen“ und „Kurse & Termine“

Sie sind im Bereich Therapie, Gesundheitswesen, Bildung oder Pädagogik mit Schwerpunkt Achtsamkeit tätig? Dann präsentieren Sie Ihre Expertise in einem attraktiven Umfeld, das ganz auf Sie zugeschnitten ist.

### Jetzt auch online: Maximale Sichtbarkeit für Ihre Kurse!

Ihre Anzeige in der Rubrik „Achtsam lehren & Lernen“ sowie „Kurse & Termine“ bietet Ihnen nicht nur eine prominente Platzierung in unserem Magazin – Sie profitieren zusätzlich von einer kostenfreien Online-Präsenz! Ihr Lehrerporträt/Kursangebot wird auch auf unserer Website unter *Lehrende* bzw. *Kurse & Termine* veröffentlicht. So erreichen Ihre Arbeit, Ihr Angebot und Ihre Veranstaltungen eine maximale Sichtbarkeit.

**NEU zusätzlich online!**

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an:  
[anzeigen@moment-by-moment.de](mailto:anzeigen@moment-by-moment.de)

**Achtsam lehren & lernen** | Anzeigen

**Brigitte Mailänder**  
MBSR-Lehrerin, Yogalehrerin u. systemischer Coach mit eigener Praxis in der Bonner Südstadt. Sie bietet MBSR-Kurse und Vertiefungskurse sowie Achtsamkeits-Yoga-Kurse und Coaching an.  
[www.mbsr-boenn-koeln.de](http://www.mbsr-boenn-koeln.de)

**Alice Haener**  
Lehrerin für MSC, Meditation & Intuition in Luzern. Die internationale engagierte Kundin mit Masterabschluss, Kunst im öffentlichen Raum ergänzt ihre Kurse und Retreats anschaulich mit Beispielen aus der Kunstgeschichte, um die innere Ruhe und den Zugang zu rechten Herangehensweisen. Dies ermöglicht gestressten Menschen einen entspannten, haselbaren Zugang zu ihren Ressourcen und lässt Langstrecken aufatmen, was ihr ein besonderes Anliegen ist.  
[www.alicehaener.ch](http://www.alicehaener.ch)

**Petra Tschögl**  
Seit 2009 unterrichte ich in Wien MBSR und 2016 in Eigenregie, in medienreicheren Workshops, wo ich auch liebe Nebenverdienste erhalte als klinische- und Gesundheitspsychologin in der Anwendung achtsamkeitsbasierter Verfahren bei Menschen mit Erschöpfung, Depression und Ängsten im langzeitstationären Setting. Biete ich seit einiger Zeit individualisierte achtsamkeitsbasierte Fortbildungen und Supervision im Gesundheitswesen sowie im öffentlichen Bereich an und bin in der MBSR-Lehrerinnen-ausbildung tätig.  
[www.achtsamkeitstraining.at](http://www.achtsamkeitstraining.at)

**Silke May**  
Zertifizierte MBSR- und MBCT-Lehrerin, Psychotherapeutin HPG. Nach dem Studium der Malerei ist sie über ihre langjährige Tätigkeit als Kunsttherapeutin und Psychotherapeutin zur Achtsamkeit gekommen und bietet heute MBSR und MBCT Kurse in Bonn an. Achtsamkeit bedeutet, sich mit Offenheit dem zuzuwenden, was JETZT ist, von Ausdrück zu Ausdruck neu, geduldig, freundlich, uns selbst und anderen gegenüber, wertfrei, interessiert, wach und ganz gegenwärtig.  
[www.silke-may.de](http://www.silke-may.de)

**Helmut & Marlies Rümke**  
Leitende Meditatorin  
Seminare für Menschen, die Verantwortung übernehmen. Eine Kombination aus drei bewährten Traditionen der Selbstentwicklung: Zen-Meditation in Kraft und Stille – Achtsame Körper- und Lebenswahrnehmung nach Dr. Jon Kabat-Zinn – Schöpfung von Vitalität und Kraft über den Atem nach Dr. Christine Kessler. Wir unterstützen Führungskräfte, ihre Kraftquellen wieder zu finden.  
[www.leadership-meditation.de](http://www.leadership-meditation.de)

**Sabine Hanna Witte**  
Diplom-Psychologin, Systemische Psychotherapeutin, zertifizierte MBSR-Lehrerin, MSC-Kursleiterin  
Lehren des Zentrums für Achtsamkeit, Beratung & Therapie in Berlin, Kurse, Seminare, Workshops und Übungen sowie Gruppen- und Individual-Training zur Stressbewältigung und Gesundheitsvorsorge in Unternehmen. Nächste 8-Wochen-Kurse MBSR und MSC ab September.  
[www.compassion.berlin](http://www.compassion.berlin)

**Regula Saner**  
Als zertifizierte Lehrer-Ausbildlerin in MSC (Mindful Self-Compassion) und MBSR und als Psychotherapeutin begleite ich Menschen ein Stück auf ihrem Lebensweg zu innerer Klarheit, Liebe und Lebensfreude. Neben dem Unterrichten von MBSR- (MSC-)Kursen bereiten wir Workshops und Vorträge zum Thema der psychischen Nüchternheit, sprach Achtsamkeit und Mägeln, in Schulen, Firmen und im Gesundheitswesen im In- und Ausland sehr große Freude.  
[www.zentrum-für-achtsamkeit.de](http://www.zentrum-für-achtsamkeit.de)

**Jörg Mangold**  
Ärztlicher Psychotherapeut, Kinder- und Jugendpsychiater, Achtsamkeitslehrer, Familienberater, Lehrerausbildung in MSC, MBCL, MBSR, PNT, Mindful Parenting, Schreiertherapie, 8-Wo-Kurse und Intensiv-Seminare zu Selbstmitgefühl, Achtsame Entfaltung, Malieren des Bewusstseins und der Lebensfreude. Social Active Mindfulness mit Hilfsgesetzen in Nepal.  
[www.achtsamkeitsinstitut-ruhr.de](http://www.achtsamkeitsinstitut-ruhr.de)

**Beispiel 1** Kleines Lehrerporträt: 210 Euro

**Beispiel 2** Großes Lehrerporträt: 350 Euro

**Beispiel 3** Großes Lehrerporträt mit Logo: 350 Euro

## Lehrerporträts

### Kleines Lehrerporträt

Foto und Text mit 250 Zeichen (inkl. Leerzeichen) **210 Euro**

### Großes Lehrerporträt

Foto und Text mit 500 Zeichen (inkl. Leerzeichen) **350 Euro**

### Großes Lehrerporträt mit Logo

Foto und Text mit 400 Zeichen (inkl. Leerzeichen) plus Logo **350 Euro**

Jede weitere Zeile mit jeweils 50 Zeichen (inklusive Leerzeichen) kostet 25 Euro

**Beispiel 1**  
Kleiner Kurs: 78 Euro

**Beispiel 2**  
Großer Kurs: 115 Euro

**Kurse & Termine** | Anzeigen

**MBSR-Kurse**  
**Achtsamkeits-Schneeprestige**  
vom 20. – 23.07.2017 mit Jörg und Petra Meibert  
Seminarort: Warmbüchchen  
[www.achtsamkeitsinstitut-ruhr.de](http://www.achtsamkeitsinstitut-ruhr.de)

**Grundlagen der Meditation lernen**  
MBSR-Kompaktkurse zur Stressbewältigung in Österreich von 1.–6.8.17 und auf Mallorca von 28.8.–29.9.2.–9.9.17  
Weitere Meditations- & Sinnesreisen unter  
[www.waiman.de](http://www.waiman.de)

**MSC/7-Tage-Vertiefungswochenende** Selbstfürsorge und achtsamer Umgang mit Gewohnheiten  
Samstag 09.09 von 10 bis 18 Uhr, Sonntag 10.09. von 10 bis 13 Uhr in Bonn. Infoseite: may.de  
[www.mbsr-silke-may.de](http://www.mbsr-silke-may.de)

**MBSR 7-Tage-Kompaktkurse** 01. – 06.08.2017 in Mondsee, 26.08. und 10.09.2017 Mallorca. Schule für Bewusstsein und MBSR. [www.zentrum-mondsee.at](http://www.zentrum-mondsee.at)

**MBSR-Hilfskurse** an der Nordsee und in Schöns Heimheim am Neckar [www.mbsr-ingrid-hartings.de](http://www.mbsr-ingrid-hartings.de)

**Mindful Entfolding (ME)** Die eigene Entfaltung bewusst gestalten. Mit Übungen aus MBSR/MSO/MBCL/PNT. 27.11. – 01.12.2017 mit Jörg Mangold in Frankfurt. [www.achtsamkeitsinstitut-ruhr.de](http://www.achtsamkeitsinstitut-ruhr.de)

**Positive Neuroplastizität (PNT)** Achtsam Positives kultivieren. NT nach Rick Hanson. Wochenda-Seminar mit Jörg Mangold. 18. – 19.11.2017 in 91557 Herrieden. [www.achtsamkeitsinstitut-ruhr.de](http://www.achtsamkeitsinstitut-ruhr.de)

**SEIN Achtsamkeitswoche** Gesund durch Meditation und Achtsamkeit mit Michela Diepelt. SEIN – Ort für bewusste Lebensführung. 21.08. – 25.08.17 in Bad Königshausen. [www.sein.de](http://www.sein.de)

**Ausbildungen und Trainings**  
**Lehrerinnen- und Lehrerfortbildung** Achtsamkeit lehren lernen ab 15. Sept. 2017 – Nov. 2018. Schule für Bewusstsein und MBSR. [www.zentrum-mondsee.at](http://www.zentrum-mondsee.at)

**Neu im Herbst 2017: 4-tägige Lehrerinnen-Ausbildung** in Zusammenarbeit mit dem Oxford Mindfulness Centre (OMC) [www.achtsamkeitsinstitut-ruhr.de](http://www.achtsamkeitsinstitut-ruhr.de)

**MBSR-Kurse**  
**Achtsamkeits-Selbstmitgefühl auf 21**  
MSC 5-Tage-Kurs, freundlich und kindgerecht mit sich sein 09. – 14.12.2017 mit Christel, Schwedl und Evelyn Rodmann. [www.selbstmitgefuehl.com](http://www.selbstmitgefuehl.com)

**MBS 2 Flügel in Fliegen** Achtsamkeit & Selbstmitgefühl mit H. Luger-Schweiner und M. Malzer-Gertz. Wien 17.11. – 19.11.2017. [postillon-fliegenburg.at](http://postillon-fliegenburg.at)  
[www.seif-flensburg.de](http://www.seif-flensburg.de) [www.POWERful-HEART.at](http://www.POWERful-HEART.at)

**MSC-8-Wochenkurse** Alice Haener, MSC-Lehrerin Dr. Paul Krauer, berufliche Assistentin. Luzern 19.10. – 7.12.2017/Di 19.30 – 21.30. [www.alicehaener.ch](http://www.alicehaener.ch)

**MBS 2 Flügel in Fliegen** Achtsamkeit & Selbstmitgefühl mit H. Luger-Schweiner und M. Malzer-Gertz. Wien 17.11. – 19.11.2017. [postillon-fliegenburg.at](http://postillon-fliegenburg.at)  
[www.seif-flensburg.de](http://www.seif-flensburg.de) [www.POWERful-HEART.at](http://www.POWERful-HEART.at)

**Achtsames Selbstmitgefühl** Das fortbildende Intensiv-Seminar Mindful Self-Compassion vom 4. bis 9. Mai ist eine Reise in die Welt der Achtsamkeit und des Selbstmitgefuehls. Hier werden den Teilnehmern die wesentlichen Prinzipien und Praktiken vermittelt, um schwierigen Momenten im Leben mit Güte, Selbst-Fürsorge und Verständnis für das eigene Erleben begegnen zu können. Der Kurs besteht aus Meditationen, kurzen Vorträgen, Selbsterfahrungsübungen, Austausch in der Gruppe und Übungen für zu Hause. [www.awp-berlin-online.de](http://www.awp-berlin-online.de)

**Yoga-Kurse**  
**Achtsamkeits- & Yoga-Wochenende**  
vom 24. bis 26.11.2017 in 74120 Oberotterhofen, Hof Heilenberg mit Doreen Vogel und Ute Renner. Weitere Details finden Sie unter: [www.reiner-achtsamkeit.de](http://www.reiner-achtsamkeit.de)

**Sonstige Kurse**  
**Japanische Kalligraphie** Workshops in Freiburg. Lerne Achtsamkeit durch Kalligraphie – jeweils Sonntags 25.04/16.07/17.09/15.10 von 13.00 bis 16.00 Uhr. [www.shodokalligraphie.com](http://www.shodokalligraphie.com)

**Einkehrtage für Leib und Seele**  
Nicht (mehr) gesund – nicht (mehr) krank! 17. – 22.9.2017. Prosekt, Genes, Götterschnitz, Prof. Dr. Hans Kramer (M.Sc.), Ufm. [www.prospekt-tageort.at](http://www.prospekt-tageort.at)

## Kurse

### Kleiner Kurs

beinhaltet 2 Zeilen (100 Zeichen inkl. Leerzeichen): **78 Euro**

### Großer Kurs

beinhaltet 4 Zeilen (200 Zeichen inkl. Leerzeichen): **115 Euro**

### Jede weitere Zeile

mit jeweils 50 Zeichen (inkl. Leerzeichen) kostet 25 Euro

Alle Preise zuzüglich Mehrwertsteuer

**NEU zusätzlich online!**

## Rabatt Mehrfachschaltungen

4 x hintereinander unverändert = 5 % Rabatt

## Buchen Sie Ihre Anzeige direkt online unter:

[www.moment-by-moment.de/lehrerportraits/](http://www.moment-by-moment.de/lehrerportraits/)

[www.moment-by-moment.de/kurse-und-seminare/](http://www.moment-by-moment.de/kurse-und-seminare/)

Gestaltungs- bzw. Platzierungswünsche können nicht berücksichtigt werden

Alle Preise zuzüglich Mehrwertsteuer

Fotos und Logos bitte im Format JPG, TIFF, PDF oder EPS schicken