



SVERIGEHÄLSAN

KURSINTYGG

Aase Havstad

har genomfört Sverigehälsans

Instruktörsutbildning i Mindfulness

Steg-1 i den certifierade lärarutbildningen i
MBSR enligt Center For Mindfulness

Utbildningen har bestått av sex heldagar med fokus på teori, praktisk
tillämpning och egen träning.

2022-12-16

Katarina Lundblad
Kursledare
Certifierad lärare i MBSR via Center for Mindfulness