

KURSINTYG

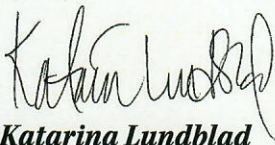
Tanja Wickström

Har genomfört Folkhälsans 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.

 **folkhälsan**



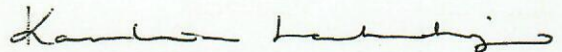
Katarina Lundblad

Kursledare

Cert. lärare i mindfulnessbaserad stressreduktion, MBSR

Lärare i MSC, Mindful Self-Compassion





Karoliina Laaksoharju

Folkhälsan