

arbor seminare

## ZERTIFIKAT

Lehrer für MBSR

**Thomas Sacher**  
Dipl.-Soz. Arb. (FH)

hat die Ausbildung zum Lehrer für  
Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR)  
erfolgreich abgeschlossen

Bestandteile dieser Ausbildung waren  
die Grundausbildung „Achtsamkeit leben – Achtsamkeit lehren“  
sowie der MBSR-Aufbaukurs in der Zeit von März 2019 bis November 2020,  
mit insgesamt 320 Unterrichtseinheiten.  
Im Anschluss erfolgte der Zertifizierungsprozess.

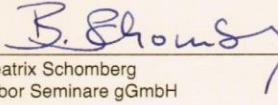
**Ausbildungsleitung Grundausbildung**

Lienhard Valentin  
Ulrike Beyer  
Lisa Baumann  
Veronika Seifert  
Stefan Machka  
Melanie Waschke  
Lienhard Valentin

**Ausbildungsleitung Aufbaukurs**

Veronika Seifert  
Mag. Petra Tschögl

Freiburg, den 21. April 2023

  
Beatrix Schomberg  
Arbor Seminare gGmbH

Die Ausbildung entspricht den Bedingungen des deutschen und schweizerischen MBSR-Verbandes,  
der MBSR-MBCT Vereinigung Österreich und den internationalen Standards des  
Center for Mindfulness, Massachusetts/USA für MBSR-Ausbildungen.

Die Vermittlung der im „Leitfaden Prävention“ der Zentralen Prüfstelle für Prävention, Essen, genannten  
fachwissenschaftlichen Kompetenzen, wie Medizin, Pädagogik, Psychologie, Bewegung, Ernährung,  
Stress, Sucht und Forschungsmethoden, erfolgte durch Fachpersonal, das über entsprechende  
Berufs- oder Studienabschlüsse verfügt.