

# ULLI UNTERREITMEIER



*Mindful  
training &  
Coaching*

Als langjährige Achtsamkeitslehrerin und erfahrener Coach  
begleite ich Einzelpersonen und Teams  
mit Kompetenz und Menschlichkeit auf ihrem Weg zu einem  
erfüllten und wirksamen Leben in Beruf und Alltag!

# MIT ACHTSAMKEIT NACHHALTIGE VERÄNDERUNGEN BEWIRKEN

Einzel- und Teamcoaching  
Workshops und Trainings  
Businesscoaching  
Systemische Supervision  
MBSR-8-Wochen-Kurse  
Mindful2Work-Kurse  
Achtsamkeit Einzeltrainings

**ANGEBOT  
SCHWERPUNKTE  
THEMEN**

---

Stressmanagement und Resilienz  
Mindfulness in Organisationen  
Mindful Leadership  
Achtsamkeit in Schule und im Bildungsbereich  
Fortbildungen im Gesundheitswesen

- ✓ nachhaltig wirksam
- ✓ praxisnah und alltagstauglich
- ✓ mit Leichtigkeit und Kompetenz





# TEILNEHMERSTIMMEN

## 1

Der MBSR-8-Wochen-Kurs bei Ulli hat mein Leben nachhaltig verändert. Mit deiner Kompetenz und einfühlsamen Art konntest du uns die Kursinhalte praktisch umsetzbar nahebringen. Achtsamkeitsübungen sind zu einem wichtigen Teil meines Alltags geworden und ermöglichen mir, gelassener, kraftvoller und stressfreier zu bleiben.

Romy, MBSR-Kurs-Teilnehmerin

> 25 Jahre  
Praxiserfahrun  
g

## 2

Vielen Dank für den außergewöhnlichen Mindful Leadership Workshop! Die praktische Herangehensweise und die vielen sofort umsetzbaren Methoden haben für mich einen erheblichen Mehrwert. Für mich eine der besten Lehrveranstaltungen während meiner ganzen Studienzeit, aus der ich mir persönlich und beruflich viel mitnehmen kann!

Marc, Masterstudiengang  
E-Commerce

> 100  
Achtsamkeits-  
trainings

## 3

Der Seminartag "Mindfulness in der Pflege" war für mich der beste Einstieg in das wichtige Thema. Besonders auch die neurobiologische Basis von Stress und Achtsamkeit hat mein Verständnis vertieft. Ich bin jetzt richtig motiviert, die vorgestellten Tools in meinen herausfordernden Pflegealltag zu integrieren und so resilienter zu bleiben. Freu mich auf die folgenden Email-Impulse und den Vertiefungs-Workshop!

Veronika,  
Pflegemanagement

> 1000  
Teilnehmend  
e

## Expertise und Fortbildungen

- seit 15 Jahren selbständig als Beraterin, Coach und Achtsamkeitstrainerin für Einzelpersonen und Teams in Unternehmen, im Gesundheitswesen und Bildungsbereich
- 20 Jahre Erfahrung in Unternehmensberatung in den Bereichen Controlling, Unternehmenskultur, Personal- und Organisationsentwicklung in verschiedenen Branchen
- Trainerin für Mindfulness in Organisationen (MLI)
- MBSR-Lehrerin (Ausbildung bei Arbor)
- Zertifizierte Mindful2Work-Lehrerin
- Coach (DVNLP, Ausbildung bei Inntal-Institut)
- HBDI-Trainerin (Ausbildung bei Roland Spinola)
- Systemische Supervisorin

## CONTACT:

[coaching-chiemgau.com](http://coaching-chiemgau.com)

[unterreitmeier@coaching-chiemgau.com](mailto:unterreitmeier@coaching-chiemgau.com)

0049 8662 6683820



Ihr Potenzial für  
Sinnerfüllung und Freude  
in Beruf und Alltag zu  
entfalten, ist mir ein  
Herzenseanliegen!

*Ich freue mich auf Sie!*

Mach das Beste aus allem, was Dir auf Deinem Weg begegnet.