

# Achtsamkeitscoach

<b>Titel</b>	Achtsamkeitscoach
<b>Zulassungsnummer</b>	7414322

---

## Veranstalter

<b>Adresse:</b>	APOLLON Hochschule der Gesundheitswirtschaft GmbH Universitätsallee 18 28359 Bremen
<b>Telnr:</b>	+49 421 37 82 66-90
<b>E-Mail-Adresse:</b>	info@apollon-hochschule.de
<b>Webseite:</b>	<a href="https://www.apollon-hochschule.de/">https://www.apollon-hochschule.de/</a>

---

## Lehrgangsziel

Vermittlung von Kenntnissen und Fertigkeiten zur Ausübung der beruflichen Tätigkeit als Achtsamkeitscoach

---

## Inhalte

<b>Lehrgangsinhalte:</b>	Grundlagen der Achtsamkeit, Wirkmechanismen und Anwendungsmöglichkeiten, Achtsamer Umgang mit dem Körper, mit Gedanken und Gefühlen, Achtsamkeit am Arbeitsplatz, in Beziehungen und in der Kommunikation, Achtsamer Umgang mit der Umwelt und den Kulturen, Meditation, Achtsamkeit und ethisches Verhalten
<b>Medien, die Bestandteile des Fernlehreangebots sind:</b>	6 Studienhefte mit 6 Einsendeaufgaben auf einer digitalen Lernplattform, 1 Begleitbuch mit Audio-Übungsanleitungen, 1 Begleitheft

---

## Abschluss

<b>Abschluss:</b>	keine Prüfung
<b>Art des Abschlusses:</b>	keine Prüfung

## Voraussetzungen

<b>Teilnahmevoraussetzungen:</b>	Mindestalter: 23 Jahre, mindestens ein mittlerer Bildungsabschluss, psychische Gesundheit; erste eigene Erfahrungen mit Achtsamkeit; empfohlen werden Arbeitserfahrungen im Sozialwesen, eine Coaching-Ausbildung von mind. 10 Monaten und 50 Stunden Präsenz; Technische Voraussetzungen: Multimedia-PC mit Internetzugang
<b>Prüfungsvoraussetzungen:</b>	entfällt

## Kosten

<b>Teilnahmekosten (Gesamtkosten):</b>	1.590,00 €
<b>Lehrgangskosten:</b>	1.590,00 €
<b>Kosten für (externe) Prüfungen:</b>	0,00 €
<b>Anzahl der Raten:</b>	6
<b>Höhe der Raten:</b>	265,00 €

Die Teilnehmerkosten können Veränderungen erfahren haben, die der ZFU zum Redaktionsschluss noch nicht vorlagen. Aktuelle Gebühren, Kosten und Erläuterungen dazu erhalten Sie beim Fernlehrinstitut.

## Zeitraumen

<b>Gesamtdauer in Monaten:</b>	6.00
<b>Gesamtdauer in Stunden:</b>	224
<b>Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:</b>	8.00
<b>Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):</b>	24
<b>Präsenzunterricht:</b>	3-tägiges Vorortseminar am Standort Hamburg, alternativ 4 Webinartermine

## **Zusätzliche Informationen**

Nach dem erfolgreichen Bearbeiten aller Einsendeaufgaben wird ein Abschlusszeugnis ausgestellt. Bei zusätzlich erfolgreicher Seminarteilnahme, wird das Zertifikat ausgestellt. Die Gebühren für das Seminar sind in der Lehrgangsgebühr enthalten.