

Emmentalstrasse 8  
Postfach 1300, 3401 Burgdorf  
www.selhofen.ch

Telefon 034 420 41 41  
Fax 034 420 41 42  
info@selhofen.ch

Frau Corinne Spahr  
Zentrum für Ernährungsberatung + Bewegung ZEB  
Gesellschaftsstrasse 89  
Postfach 720  
3000 Bern 9

Burgdorf, 04.01.2018/AnE

## Referenzschreiben

Sehr geehrte Frau Spahr

Im Rahmen unseres betrieblichen Gesundheitsmanagements führten Sie im November und Dezember 2017 zum Thema „Stressbewältigung durch Achtsamkeit“ (MBSR) folgende Kurse durch:

- 2-Tages-Kurs am 17. und 18. November 2017
- 2-Tages-Kurs am 24. und 25. November 2017
- ½-Tages-Refresher-Kurs am 1. Dezember 2017

Dabei sind Sie sehr gut auf die Teilnehmenden eingegangen. Sie haben deren Vorwissen und Interessen erfragt und dadurch ein sehr passendes Programm zusammengestellt. Die Teilnehmenden konnten von Ihrem breiten Wissen profitieren und neue Erkenntnisse gewinnen sowie bereits bestehendes Wissen auffrischen. Es gab genügend Raum für praktische Übungen und zum Diskutieren. Ihre offene, natürliche und klare Art hat viel zu der guten Stimmung und dem guten Lernklima beigetragen. Das abgegebene Material wurde von allen sehr geschätzt.

Wir danken Ihnen für Ihren professionellen Einsatz und die spannenden Kurstage.

Freundliche Grüsse

**Klinik Selhofen**



Heinz Rolli  
Direktor



Andrea Eichmüller  
Management Support