



## Bio

Morgane Gottschalk a été formée aux programmes MBSR (réduction de stress par la Pleine Conscience) par le Center For Mindfulness in Medicine, Health Care and Society (CFM) de l'Université du Massachusetts, Etats-Unis, centre fondé par Jon Kabat-Zinn.

Elle a suivi le cursus complet de la formation pour être instructrice MBSR : Practicum avec Florence Meyer et Melissa Blacker, TDI avec Florence Meyer et Bob Stahl, la supervision ainsi que 2 retraites de 7 jours animé par Jon Kabat-Zinn et Saki Santorelli en médecine corps/esprit.

Elle a également étudié les neurosciences et a obtenu le Diplôme Universitaire : Médecine, Méditation et Neurosciences à l'Université de Strasbourg.

Depuis 2011, elle mène des groupes au programme MBSR tant auprès des particuliers qu'au sein des entreprises. De nombreuses études dans ce domaine ont montré que les pratiques de la pleine conscience améliorent la qualité des relations professionnelles, augmentent les performances et aident à la prise de décision.

Morgane Gottschalk est fréquemment invitée à présenter la pleine conscience lors de conférences médicales où elle conduit des séminaires de pleine conscience.

Tout en ayant une vie professionnelle riche et intense, elle a suivi régulièrement des retraites en silence ainsi que nombreuses retraites de 3 mois ces 25 dernières années. Yoga, Tai Chi et Chi Gong sont ses pratiques corporelles quotidiennes.

## Spécialité

Tradition: [La pleine conscience - Mindfulness de Jon Kabat-Zinn](#)

Organisation: [Association Unitive](#)

Site web: [Pleine Conscience MBSR](#)

# Communication

[+]