

Beate Wagner

Berlin, Florida

beate.wagner@mindful-monkeys.de

0176/24155518

Deutsch & Englisch



Schwerpunkte

- Achtsamkeitstraining/MBSR in unterschiedlichen Formaten
- Trainings zu Stressmanagement
- Workshops zu Ernährung, Selbstmanagement, Bewegung
- Medizinisches Know-how zu Stressbewältigung, mentaler Fitness, psychischer Gesundheit

Professioneller Hintergrund

- >20 Jahren Medizin- und Wissenschaftsjournalistin für überregionale Medien wie Stern, SZ, Focus, wissenschaftliche Institute wie Helmholtz und Bundesministerien
- Redakteurin Kindermagazin ahoi/Mare (2012-2013)
- feste Freie bei Stern Gesund Leben (2005 bis 2010)
- Konzeption, Textredaktion print und online
- Buchautorin: Veröffentlichung der zwei Sachbücher (Zivilcourage 2011/ Männerdepression 2015)
- Themenschwerpunkte: Medizin, Gesundheit, Ernährung, Psychologie
- Begleitung meiner zwei Söhne als international erfolgreiche NBA-Profisportler in Bereichen wie Stressmanagement, mentale Fokussierung, innere Stärke und Zielorientierung

Qualifikationen & Zertifizierungen

- zertifizierte Achtsamkeitstrainerin nach MBSR (2020-2021)
- Volontariat Pressereferentin Ärzte ohne Grenzen Berlin (2001-2003)
- Redaktionshospitanzen bei Die ZEIT, Stern, Die Tageszeitung
- Weiterbildung Fachzeitschriftenredakteurin WBS Klett Verlag (2000-2001)
- voll approbierte Ärztin, Charité Universitätsmedizin Berlin (1999)

