

Heike Merkle

Erfahrene Lehrerin (Level 2)

MBSR-Lehrerin

Team-Coach und Team-Entwicklerin, systemischer Coach, Zertifizierte Mindful Compassionate Parenting - Lehrerin, Zertifizierte Happy Panda Achtsamkeitstrainerin, MCE Mindful Compassionate Education Marketing-Kommunikations-Ökonomin

Warum sind wir das, was wir sind? Warum leben wir das Leben, das wir leben? Haben wir eine Wahl?

Meine Antwort ist „Ja!“

Mit dem MBSR-Training begeben wir uns auf eine spannende Reise, bei der wir uns selbst begegnen. Ich begleite Sie gerne auf diesem Weg, mehr Ruhe und Gelassenheit in sich selbst zu finden, statt im Außen zu suchen.

MBSR ist ein wissenschaftlich anerkanntes Programm zur Stressbewältigung – und ein zutiefst menschliches.

Ich freue mich auf Sie!



Adresse

Am Weimarfloß 22

60431 Frankfurt

📞 01713657362

✉️ info@mbsr-heikemerkle.de

<http://www.mbsr-heikemerkle.de>

Achtsamkeitsausbildung

Institut für Achtsamkeit, Dr. Linda Lehrhaupt

Happy Panda Training (Achtsamkeit mit Kindern)

MCP (Mindful Compassionate Parenting)-Trainerin

Fortbildungen

MCP-Trainerin

Happy Panda Trainerin

Als Trainer/in in Unternehmen

seit 2021

bundesweit tätig

Erfahrung in:

Personalentwicklung mit Führungskräften
Team- und Organisationsentwicklung

Achtsamkeitstraining mit Kindern und Jugendlichen
Zusatzqualifikation