

## 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