

Alexa List-Perpeet

Fachärztin Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie
Achtsamkeitslehrerin MBSR
Achtsamkeitslehrerin MBCL

Hallo, ich bin Alexa List-Perpeet, Fachärztin für Kinderund Jugendpsychiatrie und -psychotherapie und zertifizierte Lehrerin für MBSR und MBCL. In einer Welt, die immer verrückter zu werden scheint, erlebe ich Achtsamkeit und Mitgefühl als essentiell wichtig um ein erfülltes, bewusstes, selbstbestimmtes und letztendlich glücklicheres Leben zu führen. Mit viel Freude unterrichte ich MBSR und MBCL und freue mich, Dich in einem meiner Kurse begrüßen zu dürfen!

Achtsamkeitsausbildung

Institut für Achtsamkeit (Linda Lehrhaupt)

Psychotherapie und Kliniken

Ärztl. Psychotherapeut/in

Sprachen

Englisch, Deutsch



Adresse

Kirchgasse 103

53347 Alfter

% 015772538409

https://www.achtsam-ohne-grenzen.de