



Unterstützung der Immunitätskräfte

im Physisch-Seelisch-Geistigen

Gerade in der aktuellen Lage sind wir gefordert, gut für uns zu sorgen. Genügend Schlaf, Wärme und gesunde Ernährung, aufbauende Erlebnisse und echte Begegnungen im kleinen Rahmen sowie das Erleben der eigenen Freiheit und Selbstwirksamkeit sind wichtige Bausteine, um sich gesund zu erhalten und die eigene Immunkraft sowohl im Physischen wie auch im Emotionalen und Individuellen zu stärken.

Es wurde mehr als einmal bewiesen, dass die Beschäftigung mit Kunst heilsam sein kann. Haben Sie das auch schon erlebt? Wäre es wieder mal an der Zeit?

Gönnen Sie sich einen regelmässigen Raum, um sich in der Welt der Töne, Instrumente und Klänge zu finden und zu stärken – ganz unkompliziert und ohne Vorkenntnisse.

4 individuelle Termine à 45 Min.

Fr. 150.- für 4 Termine

Wo? In der Kunstkeramik, Luzernerstrasse 71, 6030 Ebikon
Anmeldung jederzeit möglich, Angebot bis Sommer 2021 gültig

Informationen und Anmeldung bei Laura Piffaretti,
Musiktherapeutin (ED) l.piffaretti@gmx.ch oder 079 791 33 70
www.musiktherapie-mut.ch