



# Hilfe bei Long Covid

## musiktherapeutisches Angebot

Long Covid ist eine Realität, die zwar noch fragend erforscht wird, jedoch für viele Menschen ganz aktuell und existenziell vorhanden ist. Symptome wie dauerhafte Müdigkeit, leichte Kopfschmerzen, Gliederschmerzen, Konzentrationsschwierigkeiten, Atemnot und Husten sind einige der häufigsten, einschränkenden Belastungen.

Neben einer ärztlichen Begleitung ist oft die Frage: was könnte ich selbst dabei tun?

Ich begleite Sie in 4 individuellen Terminen, an die vorhandenen Selbstheilungskräfte und inneren Impulse anzuknüpfen und diese im musikalischen zu entdecken sowie durch aktives Spielen verschiedener einfacher Instrumente diese Impulse zu stärken. Dafür brauchen Sie keine musikalischen Vorkenntnisse.

## 4 individuelle Termine à 45 Min.

Fr. 180.- für 4 Termine

Anschliessende Termine können über die Zusatzversicherung abgerechnet werden.

Wo? In der Kunstkeramik, Luzernerstrasse 71, 6030 Ebikon

Anmeldung jederzeit möglich

**Informationen und Anmeldung bei Laura Piffaretti, Musiktherapeutin (ED)**

[l.piffaretti@gmx.ch](mailto:l.piffaretti@gmx.ch) oder 079 791 33 70 [www.musiktherapie-mut.ch](http://www.musiktherapie-mut.ch)