



Unterstützung bei Erschöpfung im Physisch-Seelisch-Geistigen

Immer wieder sind wir gefordert, im beruflichen wie im privaten Alltag. 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 der Erschöpfungstendenz sowohl im Physischen wie auch im Emotionalen und Individuellen zu begegnen.

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. 240.- für 4 Termine

Wo? In der Kunstkeramik, Luzernerstrasse 71, 6030 Ebikon

Anmeldung jederzeit möglich

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



Unterstützung bei Erschöpfung im Physisch-Seelisch-Geistigen

Immer wieder sind wir gefordert, im beruflichen wie im privaten Alltag. 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 der Erschöpfungstendenz sowohl im Physischen wie auch im Emotionalen und Individuellen zu begegnen.

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. 240.- für 4 Termine

Wo? In der Kunstkeramik, Luzernerstrasse 71, 6030 Ebikon

Anmeldung jederzeit möglich

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



Unterstützung bei Erschöpfung im Physisch-Seelisch-Geistigen

Immer wieder sind wir gefordert, im beruflichen wie im privaten Alltag. 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 der Erschöpfungstendenz sowohl im Physischen wie auch im Emotionalen und Individuellen zu begegnen.

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. 240.- für 4 Termine

Wo? In der Kunstkeramik, Luzernerstrasse 71, 6030 Ebikon

Anmeldung jederzeit möglich

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



Unterstützung bei Erschöpfung im Physisch-Seelisch-Geistigen

Immer wieder sind wir gefordert, im beruflichen wie im privaten Alltag. 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 der Erschöpfungstendenz sowohl im Physischen wie auch im Emotionalen und Individuellen zu begegnen.

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. 240.- für 4 Termine

Wo? In der Kunstkeramik, Luzernerstrasse 71, 6030 Ebikon

Anmeldung jederzeit möglich

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