

# bewusst sein

getragen und innerlich ruhig mit  
Achtsamkeitspraktiken



- ✓ Positive Erfahrungen machen
- ✓ Ressourcen stärken

- ✓ in einem tragenden Setting
- ✓ mit hilfreichen Tools für den Alltag

 **HypnoseLeresche**  
Hypnosetherapie und Psychologische Beratung



## Daten

### Jahresbeginn bis Sommer

- Do, 29. Januar 2026
- Do, 19. März 2026
- Do, 21. Mai 2026
- Do, 2. Juli 2026

### Spätsommer bis Winter

- Do, 27. August 2026
- Do, 29. Oktober 2026
- Do, 3. Dezember 2026

jeweils 18.45- 20.15/30 Uhr (ab 3 TN)

Investition CHF 65.— für Besucher bisheriger Abende  
CHF 75.— für erstmalige Teilnahme

Anmeldung [info@hypnose-leresche.ch](mailto:info@hypnose-leresche.ch) / +41 79 745 76 94