

**WORKSHOP**  
*mit Tanja Fuchs*

**RAUS AUS DEM GEDANKENKARUSELL  
- ZURÜCK IN DIE KLARHEIT**

Wie schaffe ich es klar zu denken, um glücklich, gesund und erfolgreich zu sein.

In diesem Workshop erlernst du, wie Du negative Gedanken wie Wut, Ärger, Zweifel, Sorgen oder Ängste, mit einer einfachen und effektiven Methode umwandelst.

Der Fokus liegt auf einer praktischen Übung, die du sofort anwenden kannst.  
Im Beruf, im Familienalltag oder einfach für dich selbst.

**Do 18. September 2025 - via Zoom**

**Zeit: 19:30 ca. 2h**

**Kosten: 250.-**

**Do 2. Oktober 2025 - live**

**Zeit: 19:00 - ca. 21:00 Uhr**

**Kosten: 250.-**

Anmeldungen unter:  
055 445 10 80 - Tanja Fuchs  
oder  
info@pressurtherapie.ch

**Praxis Pressurtherapie  
St. Gallerstrasse 56  
8856 Tuggen**