

## **«Dem Tiger in die Augen schauen – Umgang mit Trauma»**

### **Informations- und Erfahrungsnachmittag für Betroffene, Angehörige und Interessierte**

Sie erfahren, wie sie durch Hypnose und mit Craniosacral- und Traumatherapie ein Trauma nachhaltig verarbeiten können. Sie erhalten auch Tipps und Anregungen für den Umgang mit Flashbacks, Angst oder Panikattacken. Es erwartet Sie ein spannender Nachmittag mit vielen praktischen Übungen.

**Datum** 16. Januar 2019

**Tag/Zeit** Mittwoch, 14 – 16 Uhr

**Ort** «Turmhaus»  
Begegnungs- und Informationszentrum  
Haldenstrasse 69, 8400 Winterthur  
Telefon 052 214 80 00  
E-Mail [turmhaus@krebsligazuerich.ch](mailto:turmhaus@krebsligazuerich.ch)

**Referentinnen** Praxisgemeinschaft Torhaus:  
Cecile Rischert, Craniosacraltherapie und Traumaarbeit  
Eva Reich, Praxis Mental-Reich  
Hypnosetherapie und Coaching, spezialisiert auf Trauma

**Kosten** Das Angebot ist kostenlos.  
Wir freuen uns über jeden Beitrag an unsere Unkosten.

**Anmeldung** Eine Anmeldung ist nicht nötig.