

# Klangtherapie KLA® Kinderworkshop

## Workshop für Kinder von 5–12 Jahren mit einer Bezugsperson

Jeder Mensch trägt eine natürliche, harmonische Mitte in sich. Doch Lebensumstände wie Sorgen, Leistungsdruck, Überreizung oder persönliche Krisen können dieses innere Gleichgewicht überlagern.

Klangtherapie kann helfen, den Zugang zur eigenen Mitte wiederzufinden. Sie unterstützt die Konzentration, wirkt beruhigend bei ADHS/ADS-Symptomen, fördert die Selbstbestimmung und begleitet persönliche Entwicklungsprozesse.

Das Ziel ist, die Wirkung von Klängen am eigenen Körper zu spüren und zu erfahren, was sie emotional und mental in Bewegung setzen können. Eine Einladung, wieder bei sich selbst anzukommen.



**Samstag, 21. März 2026**

**10.00 – 11.30 Uhr**

Familienzentrum Bezirk Affoltern

**Kosten pro Eltern-Kind-Paar:**

15.00 CHF / Mitglieder

20.00 CHF / Nichtmitglieder

**Leitung**

Heidi Bernet

Klangtherapeutin KLA

**Anmeldeschluss**

Mittwoch, 18.03.2026

Infos &  
Anmeldung

