



# Meistern Sie Ihren Alltag – ich unterstütze Sie dabei!

Ich begleite Sie in der **psychologischen Online-Beratung** dabei,  
**Ordnung** in Ihr **Leben** zu bringen.

**Claudia Jost**

CAS Fachberaterin Psychotraumatologie  
Dipl. Polarity-Therapeutin  
Dipl. Pflegefachfrau HF

**Fehlen** Ihnen soziale **Kontakte**?

Herrscht **Chaos** in Ihrer **Wohnung**?

Bleiben Ihre **Büroarbeiten** unerledigt?

Sind Sie **unzufrieden** mit Ihrer **Tagesstruktur**?

# Mein **Angebot** richtet sich insbesondere an Personen, welche unter **Traumafolgestörung, Angst** oder **Depression** leiden.

Wir besprechen Ihre aktuelle Situation und planen entsprechende Ziele. Ihre Anliegen und Erfahrungen sind wesentlich und fliessen in die Umsetzung mit ein.  
Ich unterstütze Sie auf Ihrem Weg!

**Claudia Jost**

Psychologische Online-Beratung  
[kontakt@claudia-jost.ch](mailto:kontakt@claudia-jost.ch)  
[www.claudia-jost.ch](http://www.claudia-jost.ch)

