

„Zeit für Weiblichkeit“

Feste Gruppe

im Kreis der Frauen
ab Montag 7. Februar



In dieser Gruppe für Frauen werden wir gemeinsam durch körperorientierte und systemische Selbsterfahrungsübungen und Rituale unbewusste Muster loslassen, die Dich von Deinem Selbstwertgefühl und Deiner Eigenliebe abhalten. Wir beleben unsere Weiblichkeit und erinnern uns an unsere archetypischen Schätze und lösen dadurch hinderliche Prägungen und Glaubenssätze. Im Kreis der Frauen, in der Gemeinschaft wie zu alten Zeiten, bündeln wir unsere Kräfte, lassen das gehen was nicht mehr zu uns gehört und finden ein Stück mehr zurück zu unseren Wurzeln...

*Erfahre, wie Du alte Konditionierungen wie Leistung, Kontrolle und Funktion ersetzen kannst durch **Vertrauen, Weichheit und Hingabe**, denn genau daraus bezieht frau ihre wahre Kraft und Stärke. Auch diesen Qualitäten der inneren Göttin wollen wir uns wieder nähern, aber vor allem: UNS SELBST.*

Inhalte/Methoden:

Übungen & Selbsterfahrung zum Thema **Weiblichkeit**, Körpergefühl, Achtsamkeit, Aufstellungsarbeit (Elemente aus dem Familienstellen), Körpertherapie & Bewegung, Sexualität, (geführte Meditationsreisen, Rituale, Gemeinschaft) und vieles mehr.

7 Treffen jeden 2. oder 3. Montag im Monat (außerhalb der Ferien) von 19.15 bis ca. 21.45 Uhr:

Teilnehmerzahl max. 12 Frauen

Kosten: 40€ pro Abend
(1x Fehlen inklusive, ansonsten gilt eine verbindliche Teilnahme mit fälliger Teilnahmegebühr auch bei Verhinderung sofern nicht anders besprochen)

Ort: Seminarraum Ankerplatz (UG)
Sandwigstr. 1a, 24960 Glücksburg (Gebäude rechts neben Fördelandtherme)

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Decke, Socken oder Puschen, Yoga-/Isomatte und/oder Kissen, Strickjacke zum Überziehen, evtl. etwas zu trinken. Nach Bedarf kannst Du für die Bewegungselemente barfuß sein oder rutschfeste Socken oder Barfuß-Schuhe tragen.

Für nähere Infos:

Julia Fischer

Heilpraktikerin für Psychotherapie

Sünderup-Hof 1a

24943 Flensburg

Tel. 0176 24713155

www.julia-fischer-therapie.de

Anmeldung:

Name:

Anschrift:

Emailadresse:

Telefon:

Mobil:

Interesse am Email-Newsletter: ja nein

Ort & Datum:

Unterschrift: _____

Hiermit nehme ich verbindlich und auf eigene Verantwortung an der festen Frauengruppe „Zeit für Weiblichkeit“ teil.