

Mütterkreise

Verbinde dich mit der Mutter, die DU sein willst

In der Rolle als Mutter geraten wir oft mit unserem Dasein sehr in den Hintergrund.

Der Mütterkreis ist ein Raum für DICH (ohne Kinder), zum näher kommen an das, was DU fühlst, brauchst und willst.

Ein Raum wo, durch die Verbindung mit dir selbst und mit anderen Müttern, Anerkennung, Wertschätzung und Selbstermächtigung wachsen können.

Die Kreise sind immer anders, weil sie sehr davon leben, was die Gruppe mitbringt, aber folgende Schwerpunkte geben den roten Faden:

- Matreszenz (was passiert eigentlich, wenn ein Mensch zur Mutter wird)
- Ein Blick auf den gesellschaftlichen Rahmen, in dem wir bemuttern
- Das „Neudefinieren“ unserer Werte und Ideale

Dazu tauschen wir uns aus, teilen miteinander, hören einander zu, bewegen uns, erforschen und lernen das zu verkörpern, was wir ins Alltagsleben integrieren wollen.

Ich setzte den Rahmen dafür mit verschiedenen Impulsen, Übungen, kleine Meditationen und Körperachtsamkeit.

Spendenempfehlung: 15 -30,- Fühl dich auch herzlich willkommen, wenn du weniger bezahlen kannst.

Da es begrenzte Plätze gibt, ist eine Anmeldung erforderlich. Anmeldungen bitte per E-Mail.

Ich bin Elena Sánchez Martín (hallomatreszenz), Bewegungstherapeutin, Mutterschaftscoach, Matreszenz Aktivistin.

Ansprechperson:

Elena Sánchez Martín

Telefon:

0157 33 96 64 51

E-Mail-Adresse:

elenasanmar.kt@gmail.com

Nächste Termine:

Termine bitte erfragen

Anmeldungsinfo:

Anmeldung erforderlich

Kosten:

Spende erwünscht