

Sanfte Rückbildung für Frauen nach dem Verlust eines Kindes

Für neues Vertrauen in Dich, Deine Kraft und Deinen Körper

-  Ein behutsamer Raum für Frauen
-  Mit sanften Übungen, Atemarbeit und Zeit für Dich
-  Stärkung von Körper, Seele und Vertrauen

Kursinhalte

- Sanfte Rückbildungsübungen für Beckenboden und Körpermitte
- Atemübungen zur Entspannung und Selbstwahrnehmung
- Raum für Austausch und Stärkung in Gemeinschaft
- Zeit für Trauer, Heilung und Neubeginn

 Ort: Bethanien Sternenkinderambulanz Hagen
Bergischer Ring 63, 58095 Hagen

 Zeit: 18.00 bis 20.00 Uhr

Beginn: _____

Das Angebot findet wöchentlich an fünf aufeinanderfolgenden Tagen statt.

Um Anmeldungen wird gebeten unter:

T (02331) 201 1078 oder
sternenkinder.hagen@bethanien-stiftung.de
www.bethanien-stiftung.de

Lea Fels, Hebamme und **Christiane Eyring**, Trauerbegleiterin