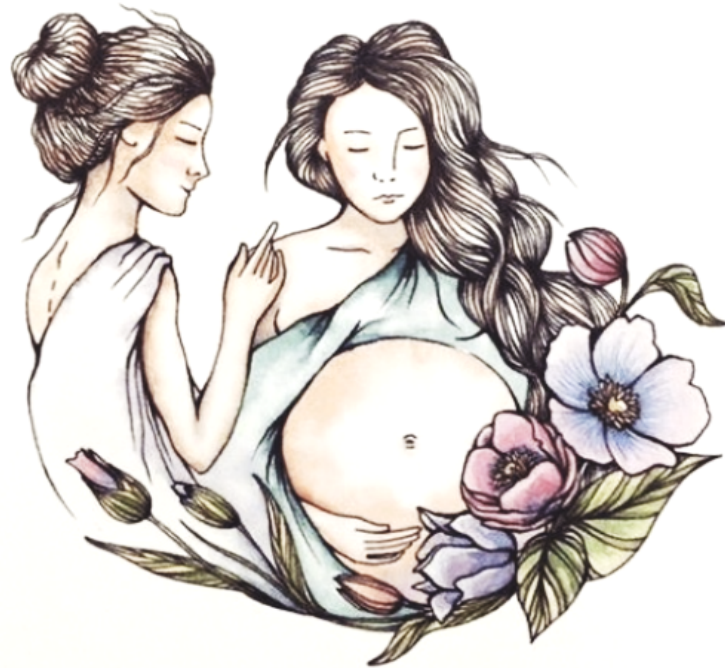


Trancereise im Wochenbett - Online&Offline

Neues Kursangebot



Herzlich Willkommen zu Deiner Trancereise im Wochenbett Online&Offline

Mit der Geburt deines Kindes und schließlich deines Mutterkuchens beginnt das Wochenbett. Und somit eine ganz besondere Zeit in deinem Leben. Die Transformation von der Frau die du warst und der Mutter du einmal sein wirst begann bereits in der Schwangerschaft und festigt sich nun von Tag zu Tag mehr. Auch wenn du schon Mutter bist, ist das Wochenbett wieder aufs Neue ein Prozess der Umwandlung. In dieser Zeit ist es wichtig gut zu sich selbst zu sein, geduldig und nachsichtig, auch mit den Menschen um dich herum. Für eine positive Erfahrung im Wochenbett benötigt es auch die Integrität dir selbst die Zeit zu geben die es braucht, um deinen Körper und deinen Geist gemeinsam mit deinem Kind und deiner Familie in eine neue Einheit zu transformieren.

Inhalt:

Auf diesem besonderen Wege möchten wir dich mit einer Trancereise durch die ersten Wochen nach der Geburt deines Kindes begleiten.

Auf dieser Reise laden wir dich dazu ein:

- Die Geburt zu verarbeiten
- Die Veränderungen liebevoll anzunehmen
- Dem Abenteuer der Hormonumstellung gelassen entgegenzusehen
- dein körperliches und geistiges Wohlbefinden zu steigern
- Deine körperliche Regeneration nach vaginaler Geburt oder Kaisergeburt zu fördern
- Die Prozesse des Stillen und auch Nicht-Stillens zu unterstützen
- Die Kraft in dir zu finden herausfordernde Situationen zu bewältigen
- Achtsam mit dir selbst umzugehen

Es gibt zwei buchbare Varianten des Kurses:

1. Online: Regelmäßige Treffen (acht mal) Live via Zoom
2. Offline: Nach einem kurzen Vorgespräch erhältst du jede Woche (acht mal) einen neuen Link zugeschickt mit einer Audio-Trance.

Ablauf Online-Variante:

- Die Trancereise im Wochenbett teilt sich in 8 Einheiten und findet Life-Online via Zoom statt, sodass du bequem von zu Hause aus teilnehmen kannst.
- Wir nutzen die Gemeinschaft der Gruppe und den Austausch mit anderen Frauen um die Zeit für dich so positiv zu gestalten wie du es zulassen möchtest.
- Durch die Herausforderung für die Frau Termine im Wochenbett verlässlich zu planen bieten wir folgendes Format an:
 - Kurze Einheiten: 40 Minuten
 - Diese sind eingeteilt in Achtsamkeit, gemeinsamer Austausch, und eine Trancereise
 - Du meldest dich für die Trancereise, bestehend aus 8 Terminen an
 - Dieser achtteilige Zyklus findet jede Woche einmal statt
 - fortlaufend **Samstag 13:30 bis 14:10 Uhr**
 - Nach einem kurzen **Vorgespräch** kannst du an einem beliebigen Termin in den Zyklus einsteigen und 8 mal teilnehmen bis deine Trancereise komplett ist

- Falls du an einem Termin nicht teilnehmen kannst, kannst du ohne Probleme diese bei dem nächsten Zyklus wahrnehmen
- Jede Trancereise erhältst du im Anschluss per Audio, sodass du sie jederzeit gemütlich in deinem Wochenbett anhören kannst

Preise

Online-Kurs: **200 €** (25 € pro Termin). Rabatt für Teilnehmerinnen unseres Kurses „Mentale Geburtsvorbereitung mit Hypnose: **175 €**.

Offline-Kurs: **150 €**. Rabatt für Teilnehmerinnen unseres Kurses „Mentale Geburtsvorbereitung mit Hypnose: **130 €**

Du möchtest eine Wöchnerin mit einem besonderen Geschenk überraschen? Auf Anfrage erhältst du von uns einen individuellen Gutschein zur Geschenkübergabe ausgestellt.

Start des Kursprogramms **Samstag, 15. Mai 2021, fortlaufend.**
Ausweichtermine werden eine Woche vorher bekannt gegeben.

Anmeldungen bitte an folgende E-Mail Adresse:

hypnoseundgeburt.meg@gmail.com

Milton Erickson Gesellschaft für klinische Hypnose Tübingen
Gartenstr. 18
Tübingen
[www. meg-tuebingen.de](http://www.meg-tuebingen.de)

Kursleitung:
Lydia Schweizer
Psychologin M.Sc.

