

Ženský kruh Menopauza v pohodě

Aneb jak si toto období užít, a ne pouze přežít



Co do života ženy přináší menopauza, a jak tímto obdobím vědomě a s lehkostí projít? Přijměte pozvání na povídání z cyklu Ženský kruh na toto bytostně ženské téma. Povídání a sdílení v ženském kruhu je krásná příležitost dovědět se o tom, co nás zajímá, sdílet naše osobní příběhy a zkušenosti, vzájemně se inspirovat a podpořit.

O čem si budeme povídat na tomto setkání?

- Co to je menopauza (klimakterium, přechod), jaká jsou její stádia, a jak můžeme rozpoznat, že už se „něco začíná dít“?
- Co se v našem těle při menopauze děje, a jak je to s hormony po čtyřicítce?
- Jak toto období souvisí s naším dosavadním životem, či s obdobím, kdy jsme se staly plodnými ženami?
- Jak nám při prožívání menopauzy může pomoci archetypální pohled?
- Co nám toto životní období bere, a co naopak přináší, a jak si ho můžeme užít? Jak jím můžeme proplout bezpečně, s lehkostí a třeba i s radostí?

Setkáním Vás provede **Renata Adámková**, lektorka cyklu Moudrost pánevního dna a výuky masáží dětí a kojenců, masérka a průvodkyně Seberozpoznání.

Kde: Studio PlantaGea | Plantáž 2526 | Brandýs n/L | www.plantagea.cz

Kdy: 7. 6. 2023 (St); 18:30 - 21:00 (příchod možný od 18 hod.)

Za kolik: 490 Kč

Kontakt: Renata Adámková | 723 494 814 | renata.adamkova@gmail.com
Rezervace na www.plantagea.cz/program