

Stärkungsgruppe für Frauen

Finden Sie Ihre eigenen Kraftquellen – auf dem Weg zu mehr innerer Stärke



Was erwartet Sie

- Raum für Stärkung, Selbstfürsorge und neue Impulse
- 5 angeleitete Gruppentreffen in geschütztem und traumasensiblen Rahmen
- Achtsamkeitsübungen, kreatives Ausprobieren, Körperübungen
- ein Ort der Begegnung und der Selbstbegegnung

Termine & Rahmen

ab Montag, 29. September 2025

14-tägig 17-18:30 Uhr

In den Räumen der Frauenberatungsstelle

Für 10 Frauen

Vertraulich & kostenlos

Angeleitet von Julia Geiger & Franziska Weiser

Anmeldung über

info@frauenberatung-loerrach.de oder bei Ihrer Beraterin

Bitte beachten

Sie sollten sich stabil genug fühlen, um sich auf die Dynamik einer Gruppe einzulassen. Die Gruppe ersetzt keine Einzelberatung oder Therapie.