**FrauenRetreat in der Jurte**

An diesen 4 Tagen kommst du dir und deiner Weiblichkeit näher. Du lernst, Voraussetzungen für eine erfüllte Beziehung zu schaffen.

* 8. Mai 2021 «Vom Mädchen zur Greisin»

Frausein im Spiegel der Gesellschaft und die Veränderungen des weiblichen Körpers,

Zyklus, Schwangerschaft, Wechseljahre

* 12. Juni 2021 «Viva la Vulva und die verborgene weibliche Schatzkammer»

Vertraut-werden mit der weiblichen Anatomie und Sexualität, Klitoris, Schwellkörper, Drüsen, A- und G-Punkt, Muttermund, Orgasmus, Ich als sexuelles Wesen

* 3. Juli 2021 «Liebe leben und Liebe machen»

Unterschiedliche Qualitäten in sexuellen Begegnungen, die eigenen Bedürfnisse, Sinnlichkeit, stilles Lieben, heisser Sex, Tantra und Co

* 14. August 2021 «Emotionen und Gefühle als Herausforderung in der Beziehung»

Unterschied von Emotion und Gefühl, Kommunikation, Beziehungsverhalten, Beziehungsformen

* Zusatztag, 11. September 2021 «Transformation der Sexualität»

Heilungstag mit Aufstellungsarbeit und Kinesiologie

Traumatische Erfahrungen mit dem Körper und in der Sexualität bewältigen

Die ersten 4 Tage sind eine Einheit und es ist erwünscht, alle zusammen zu buchen.

Der 5. Tag versteht sich als Zusatztag.

Abends gibt es ein Nachtessen (veganes Buffet) und offenen Austausch.

10.00 bis 17.00 Uhr

Austausch und Nachtessen: 17.30 bis ca 21.00Uhr

Ort: Vitznau, Plattenhaus, in der Jurte, ein Ort mitten in der Natur, mit Felsen, Bach und einmaliger Aussicht, und wohliger Versorgung.

Übernachtung auf Anfrage möglich

Ganzer Sommer-Retreat (4 Tage) 850.-

Einzeln/Zusatztag 250.-

Leitung:

Anita Mehr, Expertin für LeichterLebenLernen mit Kinesiologie, Familienstellen, Ritualen

[www.shalum.ch](http://www.shalum.ch/)

Infos & Anmeldung: [anitamehr@shalum.ch](mailto:anitamehr@shalum.ch) mob +41 (0) 78 843 42 65