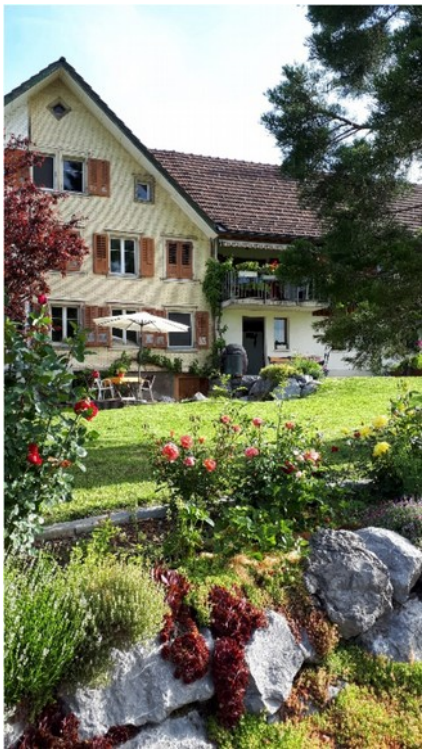
# Menstruationshaus des Sommers von Juni bis September 2020

## bei Wil SG Schweiz

Das Haus steht für ALLE Frauen offen, ob zu ihrer Menstruation, davor oder danach und natürlich auch in den Wechseljahren und darüber hinaus.



Liebe Frauen,

allein sein, etwas Bewegung auf der Yoga-Terrasse, in die Erde bluten...

Das sind meine Wünsche, wenn ich in die Wandlungszeit der Menstruation gehe.

Und auch schon vorher tut mir so ein Ort gut: Badewanne, Erdung, weiter Blick und Raum für mein So-Sein auch in Phasen von PMS.

Andere Frauen möchte ihre Schönheit feiern, ihr Frau sein, Sexappeal ausstrahlen, sexy sein und sich körperlich erfreuen.

**Die Idee:**

Für all diese Wünsche ist die Idee des Menstruationshauses entstanden. Ein Ort des Wohlbefindens, ein Ort, an dem frau richtig ist, egal wie sie sich fühlt. Ob verquer, glücklich, spielerisch, aktiv, zurückgezogen zweifelnd, lustvoll, wild....

Hier zu sein bedeutet, sich in der Zeit der Menstruation bewusst zurück zu ziehen, sich aus dem Alltag herauszunehmen und eine Pause zu machen. Die Schönheit der Natur zu geniessen und sich etwas zu gönnen.

Im Juni und Juli gibt es zwei kleine Zimmer, die für Frauen zur Verfügung stehen. Für ein paar Stunden oder auch für ein paar Tage. Im August gibt es dann noch ein sehr grosses Zimmer dazu und einen Raum für Praxis. Ob es Yoga, Meditation oder Aufstellung ist.... Ganz so, wie du es brauchen kannst.

Ansonsten gibt es alles, was ein Bauernhaus bietet: eine Küche mit allem drum und dran, ein Wohnzimmer mit einer schönen Aussicht in den Garten und einer Ofenbank, 2 Toiletten, (davon ist eine auf dem Gang) Bad mit Badewanne, Brunnen mit Quellwasser vor der Türe, Hängematte etwas abseits vom Haus, Wanderwege mit Wiesen und Wäldern rund um das Haus.

**Die Extras:**

Neben all dem sind auch ein paar Extras möglich, wenn du es möchtest:

- Wandlungsgespräche mit Anja Stiel, Aufrichtung und Haltung mit Tango Übungen
- Schossraum-**Sitzungen** und **Aufstellungen** mit Sabine Blechstein,
- Hypnose Meditationen von Evelyne Oberholzer be yourself auf MP 3
- Yoni Dampfbäder
- einschlägige Literatur über Menstruation und Frauenkörper

**Verpflegung:**

Ein warmes Müsli oder Brei sind im Menstruationshaus immer zu bekommen. Ausserdem steht ein Topf mit warmer Suppe bereit. In der Küche kannst du dir gerne eigene spezielle Gerichte zubereiten.

**Der Weg hierher:**

Du kannst vorab schauen, ob evtl. ein Zimmer frei ist und dich vorsorglich schon mal eintragen.

https://nuudel.digitalcourage.de/dLfinwooGhWMskfV

**Das ist noch keine Buchung und ich bitte dich, eine mail an** kontakt@menstruationshaus.org zu senden.

Oder per sms oder Telefon an: 0041 (0)76 403 50 55

Ich schicke dir dann eine Bestätigung zu.

Das Haus steht im Uerental in Rossrüti und ist vom Bahnhof Wil SG in 10 Minuten mit dem



stehen noch 10 Minuten Fussweg über einen kleinen Wanderweg an.

ch geparkt werden.

ndenbasis möglich, ob Geld, Zeit oder Einrichtungsgegenstände....

Resonanz zu dieser Idee.














SVENJA FLASPÖHLER
DIE POTENTE FRAU













