Rotes Fest in der Jurte

Einführungszeremonie für Mädchen zur ersten Regel – auch für Frauen, die diese Einweihung in „die rote Frau“ für sich nachholen möchten.



Jedes Mädchen, jede Frau kommt mit einer selbst gewählten Patin, die bestimmte Aufgaben übernimmt. Mütter bzw. Eltern, die mitkommen möchten, werden zu Beginn und beim Abholen in die Zeremonie mit einbezogen.

Inhalt:
Infos zum Thema Zyklus und Menstruation, Hilfestellung im Umgang mit Bedürfnissen und Beschwerden, Unterstützung im Umgang mit dem Potential der unterschiedlichen Zyklusphasen, im besonderen der Phase der Blutung, Möglichkeiten und Tipps zum Thema Monatshygiene, Entspannungsvisualisierung, um Verbindung und Kontakt mit den weiblichen Organen zu ermöglichen, Naturkraft- Erlebnis, Einweihungs-Ritual, gutes warmes Essen, rote Säfte und ein Geschenk.

Leitung:
Dr. Mag.phil. Gabriele Pröll

Anmeldung und Infos: www.rotesfest.at
mail@gabrieleproell.at, Tel.: 0043 (0)699 14703657