



Wechselzeiten

Frauenkreis

2025

Wechselzeiten

Frauenkreise bieten ein sicheres Umfeld, in dem Frauen sich tief verbinden, ihre Geschichten teilen und sich gegenseitig unterstützen können. Diese Räume ermöglichen persönliches und spirituelles Wachstum durch Verbindung und Erfahrungsaustausch.

Das gemeinsame Ziel ist es, einen sicheren und unterstützenden Raum zu bieten, in dem Frauen sich frei und ohne Urteil über ihre Wechselzeiten äussern können.

Diese Treffen beinhalten Körperarbeit im Tanz, Meditationen, tiefen Entspannung, Rituale, sowie Austauschrunden über unsere Wechselzeiten, die das Gefühl der Verbindung und der Heilung fördern.

Energiekreis Freitagabend	7.3./19.9/24.10.2025 von 19.00 – 22.00 Uhr (50 CHF)
Frauenschwitzhütten	15.2. und 28.6.2025 von 15.00 – ca. 22.00 Uhr (100 CHF)
Erdzeremonien	28.3. und 21.9.2025 von 17.00 – ca. 22.00 Uhr (80 CHF)
Tanztage	13.4. und 25.10.2025 von 10.00 – 16.30 Uhr (100 CHF)

Ort: Gut-tut gut Präventionszentrum/Schwitzhüttenplatz, Mettmenstetten
Leitung und Anmeldung: Irene Peter, ipeter@gmx.ch, 079 538 88 63

Mehr Infos www.irenepeter.ch