

Frauen-Selbsthilfegruppe „NiKi“

Nachnähren des inneren Kindes – NiKi

Neue Frauen-Selbsthilfegruppe „NiKi- Nachnähren des inneren Kindes durch Berührung“! Der Gründungstermin ist am Montag, den 5. Februar 2024 im Stadtteil Gete.

Anmeldung und weitere Informationen beim Netzwerk Selbsthilfe e.V. unter: 0421/704581 bzw. info@netzwerk-selbsthilfe.com

Wird das Bedürfnis nach körperlicher Nähe erfüllt, fördert das den Abbau von Stresshormonen und das Gefühl von Vertrauen kann sich einstellen. Das Vertrauen, das wir in andere setzen sowie das in uns selbst. Außerdem stärken Berührungen das Immunsystem.

Die Neue Frauen-Selbsthilfegruppe „NiKi“! soll einen sicheren Raum und Rahmen geben, um gemeinsam Erfahrung im Halten und Gehalten-werden zu sammeln. Es gibt klare Regeln. Achtsamkeit und selbstverantwortliches Handeln stehen im Vordergrund. Bei einer Selbsthilfegruppe handelt es sich nicht um eine therapeutische Maßnahme. Der Besuch der Gruppe ist kostenfrei.

Ein Angebot von:

Netzwerk Selbsthilfe

Adresse:

Faulenstraße 31
28195 Bremen

Telefon:

0421 70 45 81

E-Mail-Adresse:

info@netzwerk-selbsthilfe.com

Internetadresse:

www.netzwerk-selbsthilfe.com

Nächste Termine:

Termine bitte erfragen

Anmeldungsinfo:

Anmeldung erforderlich

Kosten:

kostenfrei