



Verwandlung in der Mitte des Lebens

Wir laden euch ein zu einer 5-teiligen Workshopreihe, die sich mit allem beschäftigt, was Frauen in der Zeit der Wechseljahre bewegt.

WAS **PASSIERT** IN DIESER PHASE MIT MIR? WAS **VERÄNDERT** SICH, **VERWANDELT** SICH?
WAS LIEGT HINTER MIR, MÖCHTE **LOSGELASSEN** WERDEN?
WAS LIEGT VOR MIR, WAS **WÜNSCHE ICH MIR** FÜR MEIN WEITERES LEBEN?

Wir orientieren uns an den Jahreszeiten. So hat jeder Workshop sein eigenes Thema.



FRÜHLING - 28./29.03.2025

Was entsteht Neues in mir?
Was ruft mich?

Thema: Gefühle (Stimmungsschwankungen)



HERBST - 12./13.09.2025

Rückblick auf mein Leben, was erfüllt mich
mit Dankbarkeit? Was vergeht?

Thema: Ernte meines Lebens / Abschied
(Ende der Blutung)



SOMMER - 13./14.06.2025

Wofür brenne ich?
Wohin führt mich meine Lust?

Thema: Sex, Hitzewallungen



WINTER - 28./29.11.2025

Was passiert mit mir in dieser
Wandlungsphase?

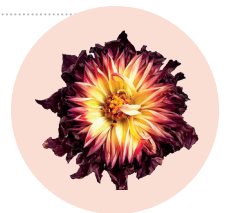
Thema: Schlaf (Schlafstörungen), Intuition



RITUAL - 23./24.01.2026

„Auf ins Neue“

Loslassen und Einladen



Jeder Workshop ist für sich buchbar. Voraussetzung für die Teilnahme am Ritual ist es, an mind. einem Workshop davor teilgenommen zu haben.

Alle Workshops, außer das Ritual (Das Ritual hat seine ganz eigene Choreographie), beinhalten:

- Impulsvorträge
- Körper- und / oder Atemübungen
- eigene Naturerfahrungen
- Hypnomeditationen
- Austausch
- Tools & Tipps

Die Workshops finden jeweils

Freitags von 17 bis 20 h und
Samstag von 9 bis 17 h statt.

Wo: Praxis an der Spree
Warschauer Str. 47, 10243 Berlin
Und in der Natur

Kosten: 200 – 250 Euro
nach eigenem Ermessen



Weitere Informationen zu den einzelnen Workshopinhalten findet ihr auf menomorphose.net/verwandlung



Anmeldung unter:
verwandlung@menomorphose.net



DR. BARBARA STÖCKIGT

Naturcoaching und Ritualgestaltung
nach dem transformation in
#natura® - Ansatz



GRETA NAMBOUTIN

Heilpraktikerin für chinesische
Medizin und Hypnotherapie,
Gründerin der Menomorphose