



Frauenzirkel

Entfalte die Kraft der
Weiblichkeit!

Kraftvolle Frauen - starke Verbindungen!

Was entstehen darf

Der Frauenzirkel ist ein dynamischer Raum, der speziell für Frauen geschaffen wird. Hier kommen wir zusammen, um die Vielfalt unserer Erfahrungen zu teilen, unsere inneren Stärken zu entdecken und uns gegenseitig zu inspirieren. Gemeinsam entfalten wir das Potenzial der weiblichen Kraft und ermutigen uns, die besten Versionen unserer selbst zu sein.

Was mich bewegt

Ich bin Karin, glücklich verheiratet, leidenschaftliche Mutter & selbständig erwerbend. Mit all den gesellschaftlichen Erwartungen, fordert mich der Alltag oftmals sehr heraus. Soviel Verantwortung, soviel zum Organisieren & zum Erledigen. Wo bleibt da Raum für die Weiblichkeit? Ich sehne mich nach mehr Hingabe, mehr Sanftheit, mehr Tiefe und Kreativität im Alltag. Diese wundervollen weiblichen Aspekte möchte ich gemeinsam mit DIR wieder zum Leben erwecken. Es ist an der Zeit, die Qualitäten der weiblichen Kraft wieder in unser Leben einzuladen.

«Das, was uns verbindet,
ist unsichtbar für die
Augen, aber fühlbar für
das Herz.»

Was dich erwartet

1x pro Monat Freitagabend, 19.00h-21.00h

Daten:

**04.09.26 - 02.10.26 - 06.11.26 - 04.12.26 -
08.01.27 - 19.02.27 - 19.03.27 - 16.04.27 -
14.05.27 - 18.06.27**

Ein Zusammentreffen mit liebevollen Frauen im wunderschönen Beziehungsraum an der Saanefeldstrasse 3 in Bösinggen für 10er Abo für CHF 280.- oder CHF 30.- pro Abend

Ein Raum...

- ...wo du deine weiblichen Aspekte zum Ausdruck bringen kannst.
- ...zum Loslassen & Hingeben, zum Empfangen & Geniessen.
- ...für tiefe echte Wahrheit & Ruhe.
- ...für gemeinsamer Austausch aller Themen, die uns Frauen bewegen.
- ...für Reflexion, Mitgefühl, Zusammenhalt, nährnde Verbindungen.
- in dem du SEIN darfst wie du bist.

Männerzirkel

Die heilende Kraft
der Verbindung

Ein Raum für
Reflexion,
persönliches
Wachstum
und echte
Begegnungen.

mit Adrian Fasel
und Dan Reusser



Der Männerzirkel bietet Männern an strukturierten Treffen einen sicheren Raum, um sich auszutauschen, zu teilen und zu heilen. Viele Männer fühlen sich im Spannungsfeld zwischen Beruf, Partnerschaft und Familie bis ans Äusserste gefordert und stehen sehr unter gesellschaftlichem Erwartungsdruck. Es bleibt kaum Zeit und Raum für Selbstfürsorge. An unseren Abenden öffnen wir den Kreis für Diskussionen, Austausch, Atemübungen, Meditationen, Input Referate, verschiedene Körperübungen zur Selbstwahrnehmung.

Was wir möglich machen:

- Echte Gespräche: ehrliche und tiefgründige Diskussionen in einer offenen und respektvollen Atmosphäre zu allen Themen die uns als Männer beschäftigen.
- Erfahrungen teilen: Tausche dich mit Gleichgesinnten aus, finde Perspektiven und Lösungen für Fragen, die dich beschäftigen.
- Gemeinschaft erleben: Werde Teil einer unterstützenden Gruppe, die den Raum öffnet, um sich den Herausforderungen und Freuden des männlichen Lebens auszutauschen und sich zu inspirieren.

jeweils Mittwoch oder Freitag 19 bis 21 Uhr

25. März, 29. April, 20. Mai, 3. Juli

Kosten: Fr. 30.- pro Abend

Max. Teilnehmerzahl: 10 Personen.

Ort: Raum Beziehungsarbeit
Saaneffeldstrasse 3, 3176 Böisingen
www.beziehungsarbeit.ch

Die Gruppe ist für alle offen. Der Männerzirkel ist keine Therapiegruppe, sondern eine geleitete Gesprächs- und Begegnungsgruppe. Die einzelnen Abende können unter einem bestimmten Thema stehen oder ganz offen und aus den Themen der Anwesenden gestaltet werden. Themen für Folgeabende können in der Gruppe gewählt werden oder werden von Adi und Dan vorgeschlagen. Zu spezifischen Themen können auch Gast-Referate einbezogen werden.



Adrian Fasel ist glücklich verheiratet und Vater von drei Kindern. Arbeitet seit mehreren Jahren als erfolgreiche Führungsperson und ist begeisterter Sportler. Die täglichen Herausforderungen, alles unter einen Hut zu bringen, motivieren ihn immer wieder die eigene Kraft zu stärken. Den Weg zu sich selber, findet er im Sport und über die Stille in der Meditation. Tiefe in all seinen Beziehungen zu leben und sich stetig weiterzuentwickeln, sind für ihn wichtige Werte.

Dan Reusser ist Vater-Bibliothekar-Künstler-Museumstechniker-Tai Chi Lehrer-Vermittler und einer der sich gerne seine eigenen Gedanken über dieses und jenes macht. Er ist ein begeisterter Akteur des Wandels und entschlossen, bessere und tiefere Beziehungen mit allem, was ihn umgibt, zu kultivieren. Wohnhaft auf einer Waldlichtung oberhalb von Neuenegg, wo er in der Nähe auch sein Atelier in einem alten stillgelegten Schulhaus hat.



Kontakt Adi: 079 512 74 33 / adrian.fasel85@gmail.com

Kontakt Dan: 079 435 47 29 / dan.reusser@bluewin.ch

Anmeldung: www.beziehungsarbeit.ch unter Veranstaltungskalender