



Vorankündigung zum Vortrag

Brustbewusst - eine runde Sache Ein neuartiger Ansatz zur notwendigen Brustvorsorge

Im Vortrag von Sita Ziegler-Robert dreht sich alles um das Thema Brust: Wie kannst du eine liebevolle, fürsorgliche Beziehung zu deiner Brust aufnehmen, die dein Frau-Sein stärkt und zum strahlen bringt. Wie kannst du selbstverantwortlich dafür sorgen, eine vitale und liebenswerte Brust in jeder Lebensphase als Frau zu genießen? Dich erwarten neue wissenswerte Zusammenhänge, sowie wertvolle Anregungen rund um eine ganzheitliche Brustvorsorge.

Sita berichtet aus ihrer Praxis über neue Chancen und Grenzen der Quaternio® Brustbehandlung.

Und möchte im praktischen Teil durch sanftes Erfühlen des Brustgewebes einen neuen Fokus legen, weg von Unsicherheit und Angst, hin zur mitfühlenden Anteilnahme deiner selbst. Der Vortrag beginnt mit einer meditativen Reise, die musikalisch begleitet wird, dabei hast du die Möglichkeit deiner Brust auf ganz neue Weise zu begegnen.



Inhalt des Vortrags:

- ✓ Die vielfältige Symbolik und Bedeutung der weiblichen Brust, und wie uns eine gesunde und liebevolle Beziehung zur Brust in unserem Frau-Sein stärkt.
- ✓ Wie übermäßige Angst vor Erkrankungen und abnormale Pathologisierung der weiblichen Brust unsere Beziehung zur eigenen Brust verunsichert, und zugleich einer Brustvorsorge hinderlich im Wege stehen kann.
- ✓ Brustfrüherkennung – Chancen und Grenzen der Mammographie und anderen bildgebenden Verfahren.
- ✓ Mein Körper spricht mit mir. Körpersignale richtig und frühzeitig deuten.
- ✓ Warum vermeintlich „profane“ Körpersignale wie Verspannungen in Form von chronischen Nacken- und Schulterbeschwerden ernst zu nehmen sind.
- ✓ Chronischer Stress, ein Blick nach Innen (Hormonelle Dysbalance & Gewebestauungen)
- ✓ Praktische Einführung: Wir lernen unser Brustgewebe liebevoll und angstfrei mit dem neuen Fokus auf Gewebeverspannungen sanft abzufühlen.

✓ Du lernst spezielle Quaternio® Atem und Bewegungsübungen kennen, welche das Brustgewebe sensibilisieren. Unerkannte Verspannungen und Stauungen im Brustgewebe werden fühlbar und durch sanftes massieren des Brustgewebes (bekleidet) ins Fließen gebracht.

Für wen: speziell für Frauen

Kursort und Datum werden demnächst bekannt gegeben

Dauer des Kurses: ca. 2 ½ Stunden

Teilnehmerzahl: min. 5, max. 13

Kosten: 54,00 € pro Person

Buchung über email: sitarobert@gmx.de



Sita Ziegler-Robert ist Heilpraktikerin und Quaternio® Therapeutin in eigener Praxis am Mondscheinweiher in Eichenau bei München.

Möchtest du mehr über Sita und ihre Praxis am Mondscheinweiher erfahren? www.sitarobert.de