



Integrativer Prozessworkshop

*Achtsame prä- und perinatale Arbeit
nach Dominique Dégranges & Ray Castellino*

In diesem Workshop tauchen wir achtsam in die frühen Prägungen deines Lebens ein - bis hin zu Erfahrungen vor und während deiner Geburt. Gemeinsam erkunden wir, welche Muster sich in deinem Leben wiederholen und ob alte Geschichten oder Verletzungen aus der Kindheit dich noch belasten.

Durch integrative Körperarbeit, Atemübungen und Reflexion schaffen wir einen Raum, in dem dein Körper sprechen darf. Denn er erinnert sich an vieles, was dein Verstand vielleicht verborgen hält.

Dieser Workshop lädt dich ein, innezuhalten, zu spüren und alte Belastungen liebevoll zu integrieren. Finde Klarheit, Verbundenheit und Freiheit für deinen weiteren Weg.

*Erforsche in einem geschützten Rahmen, was in dir lebt
- und sei willkommen, genau so, wie du bist.*

♥♥ Wir freuen uns sehr auf DICH. ♥♥



Daten:

4. Juli 2025
19. September 2025
31. Oktober 2025

KOSTEN:

600 CHF pro Person
Anzahl Personen: 2



TEAM

*Wir sind erfahrene
KomplementärTherapeutinnen in der
Methode Craniosacral Therapie,
TraumaArbeit und Pränatal- und
Geburts therapie.*

*Sinja Buse
www.tohuus.ch / 076 539 17 89*

*Susanne Kober
www.cranio-winterthur.ch
052 209 00 32*

*Christa Schuwey
www.christa-schuwey.ch
079 366 57 55*



ORT UND ZEITEN

*Xsundheitspraxis ToHuus
Im Schründler 19
8352 Elsau*

Freitag 9.30 - open end