

# *Kurs 2: "Wunder wachsen lassen"- dein Weg zum Wunschkind*

## *Ein Kurs für Körper, Geist und Seele*



Der Weg zur Erfüllung des Kinderwunsches kann manchmal herausfordernd sein. Ich bin hier, um euch zu unterstützen und euren Traum wahr werden zu lassen.



### *Was dich erwartet:*

Die emotionale Dimension des Kinderwunsches ist eine Herausforderung, die oft unterschätzt wird. Mein Coaching-Angebot konzentriert sich darauf, Paaren und Einzelpersonen die Werkzeuge und Techniken an die Hand zu geben, die sie benötigen, um mit den psychischen Belastungen, die ein unerfüllter Kinderwunsch mit sich bringt, umzugehen.

Es geht darum, ein tiefgreifendes Verständnis für die eigenen Emotionen zu entwickeln und zu lernen, wie man diese in einer Weise verarbeitet, die zu innerem Frieden und Gelassenheit führt, statt zu Verzweiflung und Druck.

Durch individuell zugeschnittene Bewältigungsstrategien und das Einüben von Ritualen, die Ruhe und Positivität fördern, unterstütze ich Sie dabei, einen ausgeglichenen und hoffnungsvollen Weg im Umgang mit Ihrem Kinderwunsch zu finden.

### *Warum dieser Kurs für dich geeignet ist:*

Das gemeinsame Ziel, den Kinderwunsch zu erfüllen, schafft eine Gemeinschaft voller Verständnis und Mitgefühl. Offener Austausch über Gefühle, Ängste und Hoffnungen ohne Urteile. Teilen von Erfolgsgeschichten und Bewältigungsstrategien bietet emotionalen Rückhalt und praktische Lösungsansätze die sehr wertvoll sein können.

### *Wann?:*

*jeden Donnerstag 18 Uhr*

Beginn: Ab 17. Oktober .Auch dieser Kurs ist auf Spendenbasis. Wird eine bestimmte Gruppengröße erreicht wird es ein geschlossener Kurs. Um Voranmeldung wird gebeten.



# Wer leitet diese beiden Kurse?

**Sabine Alvarez**

**Mindfullnes- Coach**

sabine.wukind@web.de

015773978939



## Mindfullnes - Coach

Krankenschwester und Pädagogin mit Schwerpunkt Erwachsenenbildung und Beratung, ergänzt durch eine Zusatzausbildung als Bewusstseins- und Meditationscoach

### Begleitung zum Wunschkind

"Als ich selbst jahrelang meinen Kinderwunsch verfolgte, fühlte ich mich oft allein und unverstanden und durchlebte viel unnötiges Leid und Stress, weil ich es nicht besser wusste. Durch meine Meditations- und Bewusstseinscoachingausbildung, mein Studium und meine persönliche Erfahrung habe ich erkannt, wie wichtig es ist, den Druck herauszunehmen und sich von limitierenden Glaubenssätzen zu befreien. Erforschen Sie gemeinsam mit mir und der Gruppe, wie Sie Ihre Ängste und Zweifel überwinden und Ihren Kinderwunschweg mit mehr Leichtigkeit leben können."

P.S.: **Meine beiden Wunder sind jetzt 11 und 16 Jahre alt!**

Am Samstag den **5. Oktober** veranstalte ich von 14 - 17 Uhr einen **kostenfreien Workshop** zu diesem Thema, damit Sie sich mit meiner Arbeit vertraut machen können. Um Anmeldung wird gebeten.

