Die Anmut, Macht und Kraft des WEIBLICHEN



Tagesworkshop
für Frauen jeden Alters

Entdecke die Vielfalt deines Frau-Seins – sinnlich, kraftvoll, weise, wild und ganz auf deine eigene Weise.

Seminarleitung:
Pamela Anna Guggenheim
Raum der Begegnung
Erleben. Erinnern. Verkörpern.
www.pamelaguggenheim.ch

Die Lebendigkeit deines Frau-Seins

Jede Frau trägt ihre eigene Geschichte in sich. Erfahrungen, Erwartungen und Prägungen beeinflussen, wie wir unseren Körper erleben, wie wir uns zeigen und wie selbstverständlich wir unserer eigenen Kraft, Sinnlichkeit und Intuition vertrauen.

An diesem Tag wenden wir uns dem Frau-Sein in seiner ganzen Vielfalt zu: dem Sanften und dem Wilden, der Klarheit und der Hingabe, der Sinnlichkeit, Kreativität und inneren Kraft.

Mit Körperwahrnehmung, Meditation, Austausch und achtsamen Übungen erforschst du, was in dir lebendig ist. Vielleicht begegnest du vertrauten Seiten von dir – und vielleicht auch solchen, die lange wenig Raum hatten.

Im Kreis von Frauen entsteht ein geschützter Raum für deine ganz eigenen Erfahrungen – getragen von Respekt, Wertschätzung, Offenheit und Humor.

Was dich erwartet

- deine weiblichen Qualitäten wahrnehmen und verkörpern
- Sinnlichkeit, Intuition und Lebendigkeit neu erfahren
- deiner weisen und deiner wilden Seite begegnen
- dein Frau-Sein auf deine eigene Weise entdecken und leben

Es geht nicht darum, einem Bild von Weiblichkeit zu entsprechen.

Es geht darum, dein Frau-Sein auf deine eigene Weise zu leben.

Daten 2026:
Sonntag, 20. September;
Samstag, 7. November;
Samstag, 12. Dezember

Zeit: 10 – ca. 17.30 Uhr
(inkl. zwei Pausen und eine Stunde Mittag)

Ort: in Bern oder Köniz gemäss schriftlicher Bestätigung

Kosten: pro Tagesworkshop Fr. 210.—
(inkl. Pausenverpflegung)

Anmeldung
Wenn du dabei sein möchtest, kannst du dich per E-Mail oder telefonisch anmelden:
info@pamelaguggenheim.ch ·
031 331 12 98

Deine Anmeldung bestätige ich dir schriftlich.

Ich freue mich auf deine Teilnahme.

Mehr erfahren
www.pamelaguggenheim.ch



Seminarleitung

Pamela Anna Guggenheim
Raum der Begegnung

Seit über 20 Jahren begleite ich Menschen auf ihrem Weg zu mehr Klarheit, innerer Freiheit und einem bewussten Leben – achtsam, körperorientiert und mit Blick auf den Menschen in seiner Ganzheit.