



Frauen-Treffpunkt

Anlauf- und Beratungsstelle

Entdecke und aktiviere die Artemis in Dir

**Einladung für mutige Frauen,
die mit sich und anderen in Kontakt kommen wollen**

Als Jagd- und Mondgöttin stellte Artemis eine Personifikation des unabhängigen weiblichen Geistes dar. Der Archetyp, den sie verkörpert, beinhaltet beide Seiten, mit der Jagdgöttin die offensive, extrovertierte Seite, mit der Mondgöttin, die achtsame, introvertierte Seite.

Für ein unabhängiges Handeln ist es wichtig eigene Grenzen wahrzunehmen und zu schützen. Wenn das gelingt ist es möglich eine selbst bestimmte Balance zwischen Nähe und Distanz zu erleben.

Mit den Eigenschaften der Rattan - Stöcke aus dem philippinischen Stockkampf haben wir die Möglichkeit beide Artemis - Anteile in uns gleichermaßen zu aktivieren. Wir haben etwas in der Hand, das uns Aufrichtung, Stabilität und Selbstbewusstsein, aber auch Achtsamkeit für uns selbst und unser Gegenüber gibt.

Wir nehmen uns Zeit die verschiedenen Facetten der Rattan - Stöcke zu erfahren und erleben eine Mischung von Tanz und (Wett)Kampf, aus Spiel und Präsenz, was in der Gruppe ein Gefühl von Kraft, Vitalität und aufmerksamem Miteinander entstehen lässt, als auch den Selbstkontakt stärkt.

- Leitung:** Astrid Tjandra
Tanztherapeutin BTD[®], Heilpraktikerin für Psychotherapie;
Stockkampfkunst, kreative Traumatherapeutin (ZKW)
- Wann:** Donnerstags, 16.00 - 18.00 Uhr
4 Termine: 22.11.2018, 29.11.2018, 06.12.2018 und 13.12.2018
- Kosten:** nach Einkommen gestaffelt (20€, 40€, 100€)
- Infos & Anmeldung:** Frauen-Treffpunkt e.V., Jakobistr. 2, 30163 Hannover,
Telefon: 0511 / 33 21 41
- Verkehrsanbindung:** U-Linie 3, 7, 9, Buslinien 200, 121, 134 bis Lister Platz