



In Verbindung sein. Wachsen. Auftanken.

FrauSEIN ist ein Kreis zum Innehalten, für die Verbindung zu dir, für Wachstum und für Lebensfreude! Es ist ein Ort, an dem du deine weibliche Kraft stärkst, an dem du dich gesehen, gehört, getragen und inspiriert fühlen kannst.

Du darfst entspannen, auftanken, dich neu ausrichten und kraftvoll und gestärkt im Alltag weitergehen. Du bist willkommen, wie du bist: Mit dem, was dich ausmacht, mit deinen Fragen, deinen Lebenserfahrungen, deinen Zweifeln, deinen Widerständen und mit deinen Ängsten.

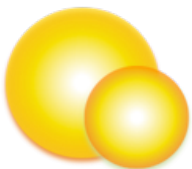
Die Abende beinhalten Atem-, Entspannungs- und Körperübungen, Kurzmeditationen oder Bilderreisen, Übungen zur Stressreduktion und zur Regulation deines Nervensystems. Wir tauchen jeden Abend in ein Thema ein und öffnen uns für Erkenntnisse und Erfahrungen in der Eigenreflexion oder nutzen die Kraft der wertschätzenden und wohltuenden FrauSein – Gruppe.

mittwochs, 19h - 21.15h: 26. Aug. / 30. Sept. / 21. Okt. / 25. Nov. / 16. Dez. 2026

Seminarraum Praxisgemeinschaft am Schwalbenweg, Schwalbenweg 57, Frauenfeld
Kosten: 6 Abende Fr. 275.-, 1 Schnupperabend Fr. 55.-.

Denise Meier

Prozessbegleitung. Somatic Experience SE® Traumatherapie.
Coaching. Systemtherapie.



denisemeier-coaching.ch, 079 416 95 05
praxis@denisemeier-coaching.ch