

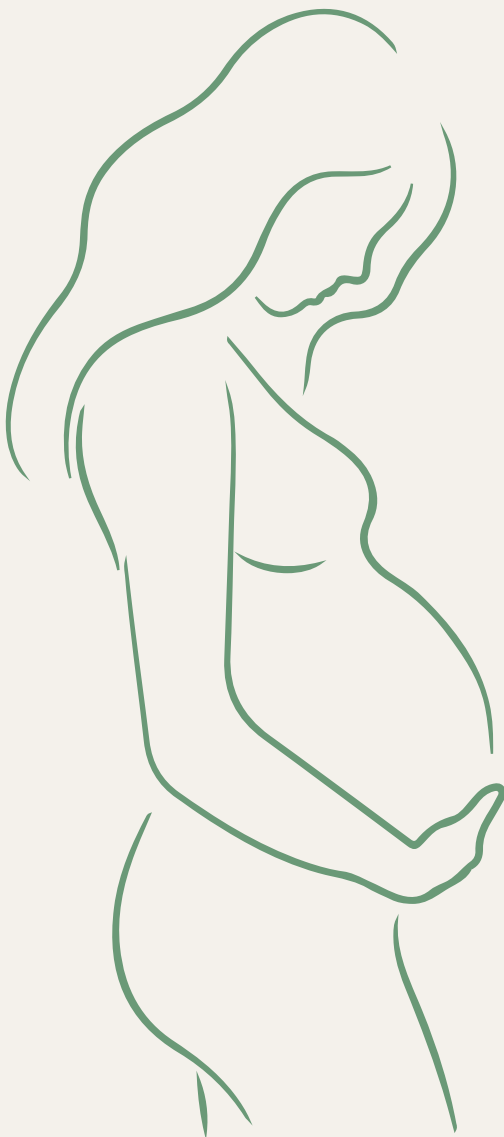
# Schwanger sein - entspannt, verbunden, getragen.

Sie möchten diesem Gefühl mehr Raum geben? Mehr in Verbindung mit sich und Ihrem Baby sein, ein stützendes Netzwerk erleben? Dem stressigen, fordernden Erleben im Schwanger sein Entlastung entgegensetzen? Dann sind Sie hier richtig!

**Gruppenpsychotherapeutisches Angebot mit Fokus auf Achtsamkeit, Yoga und wertschätzenden Austausch. Kosten trägt die gesetzliche Krankenversicherung.**

Mein Angebot richtet sich an schwangere Frauen, die in ihren Alltag Entspannung und Achtsamkeit integrieren wollen, um Inseln der Ruhe zu erschaffen und so Kraft zu schöpfen - für sich, für das Baby, für die bevorstehende Geburt und die Zeit danach.

In Zeiten von Entwicklung und Wandel treten oft Ängste, schmerzhaft Gefühle oder andere psychische Belastungen auf, die in der Gruppentherapie Raum und Lösungsfindung erhalten können. Eine Halt und Geborgenheit bietende Gemeinschaft mit Platz für alle Aspekte von Schwangerschaft, Geburt und Elternwerden mit wertschätzender, professioneller Leitung kann auf diese Weise eine heilsame Erfahrung sein.



---

Wie komme ich in Kontakt?  
[kontakt@psychotherapeutin-mick.de](mailto:kontakt@psychotherapeutin-mick.de)



Psychotherapeutische Praxis Mick  
Domstraße 39 in 50668 Köln  
[www.psychotherapeutin-mick.de](http://www.psychotherapeutin-mick.de)