

# Kinderwunsch und / oder Menstruations- Beschwerden Was ich selbst tun kann Workshop



**16. März 2024**  
10 bis 17 Uhr

Unerfüllter Kinderwunsch, habitueller Abort (mehrfache Abgänge hintereinander) und Menstruation sind leider nach wie vor gesellschaftliche Tabu-Themen. Wenn überhaupt sprechen wir nur im engsten Familien- oder Freundeskreis darüber – und genau deshalb fehlt oft das Wissen darüber, was in unseren Körpern innerhalb eines Zyklus vor sich geht.

In meinem Ein-Tages-Kurs zum Thema Kinderwunsch und Menstruation lade ich betroffene Frauen daher ein, sich mit ihrer Blutung und ihrer Weiblichkeit auseinanderzusetzen.

Dabei lernen die Teilnehmer\*innen, sich die richtigen Fragen zu stellen: Welche Parameter beeinflussen meinen Zyklus? Welche Hormone spielen dabei eine Rolle? Wie messe und interpretiere ich meine Basaltemperaturkurve? Wie mein Menstruationsblut?

Mit Meditationstechniken zur Herzöffnung, Ernährungstipps, Qi-Gong-Übungen oder dem Erlernen von wichtigen Akupressurpunkten lernen die Teilnehmer\*innen darüber hinaus praktische Methoden, die dabei helfen können, die individuellen Probleme – ob Kinderwunsch oder habitueller Abort, PCO-Syndrom, Endometriose oder Menstruationsschmerzen – selbständig zu verbessern.

Es ist mir ein Anliegen, dass wir endlich beginnen, offen über diese Themen zu sprechen und verstehen, dass es Möglichkeiten gibt, den Körper zu unterstützen. Unsere Körper sind einzigartig – es ist schön, Frau zu sein. Lasst uns das an diesem Tag ein bisschen zelebrieren.



### **Linda Löbel**

Heilpraktikerin mit Schwerpunkt chinesische Medizin (Akupunktur, Kräutertherapie, Tuina, Qi Gong) und der Osteopathin. Spezialisiert auf Gynäkologie, Urologie, Schmerztherapie und die Begleitung von Frauen vor und nach der Geburt, hat sie 2023 SOMOS, ein Zentrum für ganzheitliche Therapie in Sendling, mitgegründet.  
[www.praxis-lindaloebel.de](http://www.praxis-lindaloebel.de)

**Kosten:** 230 EUR (inkl. Mittagessen einer selbstgekochten Kraftsuppe)

**Early Bird:** 190 EUR (Anmeldung bis 29. Februar)

**Anmeldung:** [info@praxis-lindaloebel.de](mailto:info@praxis-lindaloebel.de)  
49 173 -8515066

### **SOMOS**

Ganzheitliche Therapie an der Theresienwiese  
Lindwurmstraße 92a, 80337 München  
Buslinie 62 (Poccistraße)  
U3 und U6 (Poccistraße)