

Kvindegruppe Silkeborg

Fokus: Livet som mor. V. Psykolog Sofie Lindberg

Er du mor og savner du ro, overskud og glæde i hverdagen?
Så kom og vær med i min kvindegruppe til januar.

Varmt velkommen i et trygt og kærligt rum. Et børne- og præstationsfrit rum, hvor du vil opleve lethed og flow igennem ærlige samtaler med andre mødre.

I kvindegruppen hjælper jeg dig i kontakt med din indre sundhed og ro. Vi skal snakke om tankemylder, de svære følelser og behov. Om indre ro, selvkærlighed og moderskab. Om tillid, accept og parforhold. Vi skal slappe af og give slip på mentale spændinger. Vi skal være stille sammen og mærke at vi ikke er alene. Vi bruger tid på det, som er vigtigt for dig.

Om Sofie: Jeg er 40 år og har arbejdet som privatpraktiserende psykolog siden 2016. Jeg tilbyder individuel terapi, familierapi og parterapi i min klinik ved Vejle. Mor til to på 13 og 9 år og kæreste med Michael. Min passion er at hjælpe mennesker med at genfinde deres indre ro og sundhed, ved at slippe bekymringstanker og gammel frygt.



DU FÅR:

Indre ro
Livsglæde
Overskud og energi
Et lettere og sjovere familieliv

PRAKTISK

8 pladser

Datoer:
9/1, 23/1, 5/2, 19/2, 4/3
kl. 19 - 21

Pris 2000 kr. for alle fem gange

Adresse: Nørskovlundvej 32
8620 Kjellerup

BOOK PLADS

TLF: 25 43 27 72
psykologsofielindberg.dk