



malea lin
geburts- und Familienkultur

Kristina Studer

Mutter & Familienfrau, Doula, Expertin für Weiblichkeit, Leiterin Frauenkreise, Coach für Achtsamkeit und Stressbewältigung

Einfühlsam, intuitiv, ruhig, warmherzig, achtsam, bestärkend und klar

Mutter von Lotta (2004) und Mia (2006)



«Eine Geburt ist keine Leistungsangelegenheit. Sie ist die Bestimmung von Mutter und Kind.»

Angelehnt an Brigitte Meissner

Lange habe ich mit meiner ersten **Bauchgeburt** gehadert und um ein verpasstes Erlebnis getrauert. Ich habe mich um meine **weibliche Kraft** betrogen gefühlt. Heute weiss ich, dass sie **das Tor zu meinem persönlichen Weg als Frau** war.

Es entstand daraus die Motivation, anderen Frauen und ihren Familien als **Partnerin auf Augenhöhe** ein bestmögliches Geburtserlebnis zu ermöglichen.

«Bewusst in eine Geburt einzutauchen, heisst für mich, die eigenen Herzenswünsche im Vorfeld klar zu kennen und gleichzeitig zu wissen, dass wir nicht alles in der Hand haben.»

Genau so möchte ich dich auf deiner unvergesslichen **Geburtsreise** begleiten. Ich sehe dich mit all deinen Wünschen, Bedürfnissen sowie Ängsten und Sorgen. Alles darf sein und hat seinen Platz. **An deiner Seite** bestärke ich dich darin, dich deiner individuellen Geburt bewusst hinzugeben und möglichst in jedem Moment präsent zu sein. Für ein positives Geburtserlebnis - mit Hilfe deiner Schöpfungskraft und deiner **Liebe**.

Angebote:

- Doula für Schwangerschaft, Geburt & Wochenbett
- Frauenkreis & Blessingway
- Geburtsverarbeitung
- Coach für Achtsamkeit & Stressbewältigung
- Massage

Ich spreche deutsch, schwedisch, englisch, französisch und ein wenig italienisch.

3086 Englisberg BE
+41 79 365 61 91

kristina@heartflow.ch
heartflow.ch/doula

