

**Dr. med Marita Conrady**  
**Fachärztin für psychosomatische Medizin und Psychotherapie**

**Bondingtage in München**

Eine freudige Nachricht für das coronaberuhigte Jahr ist da, wir haben erfreulicherweise den Discoraum wieder erhalten und so können wir weiter am Samstag unseren Bondingtag gestalten. Die Resonanz war im Vorfeld schon sehr gut, so dass wir weiter machen werden. Die Gruppe ist für alle offen, vor allem für jene, die einfach mal einen Tag reinschnuppern wollen.

Die Gruppe wird am bekannten Ort, bei der Stephanuskirche in der Nibelungenstr. 51, 80639 München, rechts davon **Eingang** Jugendhaus in der Sindoldstr. 3, im **Discoraum** stattfinden.

Wir beginnen pünktlich um 9.30 – ca 13.00. Dann werden wir gemeinsam Mittagessen, bitte sich selbst etwas mitbringen dann gestalten wir weiter mit Bonding und Einstellarbeit den Nachmittag bis ca 18.00. Also, ein rundum erfüllter „Bonding Tag“.

Bonding ist das einzige biologische Grundbedürfnis, das in einem Gemeinschaftsprozess zum Ausdruck gebracht wird. um einen frühen Mangel an einfacher körperlicher und seelischer Zuwendung, Aufmerksamkeit und Liebe auszugleichen. Eingefahrene Denk-, Gefühls- und Verhaltensmuster, die oft wie ein Gefängnis oder Panzer wirken, können sich auflösen.

In der Gruppe lernen wir wieder, anderen körperlich, seelisch und geistig nah und emotional offen zu sein und werden somit befähigt, alte destruktive (süchtige) Denk- und Verhaltensweisen aufzugeben, um zu stabilen-liebevollen Beziehungen zu uns und anderen zu reifen.

Dann beginnen wir, unseren ganz persönlichen Wert und inneren Reichtum zu spüren und zu genießen.

Bei offenen Fragen könnt ihr Euch gerne an mich oder Siegfried wenden.

**Die Termine:**

<b>21. August 2021</b>	<b>mit Siegfried</b>
<b>25. September 2021</b>	<b>mit Siegfried</b>
<b>16. Oktober 2021</b>	<b>mit Elisabeth POL nur Frauen</b>
<b>13. November 2021</b>	<b>mit Siegfried</b>
<b>18. Dezember 2021</b>	<b>mit Siegfried</b>

**Kosten: 80,- pro Tag**

Anmeldung schriftlich mit Überweisung auf Konto oder bar mitbringen:

Raiffeisenbank Pfaffenwinkel, IBAN DE56 7016 9509 0000 2000 42, BIC GENODEF1PEI

Rücktritt mit einer Bearbeitungsgebühr von € 30,- bis 6 Tage (Sonntag) vor dem „Bonding Tag“, danach volle Bezahlung oder Stellen eines Nachfolgers . (Anmeldung und Rücktritt bitte schriftlich per Mail)

**Anmeldung:**

Dr. med. Marita Conrady  
Fachärztin für Psychiatrie und PT  
Bahnhofstraße 36  
DE-86971 Peiting  
Tel: 08861-6115  
Handy 0171-2930840  
E-M@il: [info@dr-conradty.de](mailto:info@dr-conradty.de)  
[www.dr-conradty.de](http://www.dr-conradty.de)

Siegfried Ritter, Hartwiese 9  
93483 Pösing  
Heilpraktiker Psychotherapie  
Syst. Paar- und Familientherapeut DGSF  
Bondingtherapie Fellow DGBP  
0152-04800366  
[heyoka1@gmx.net](mailto:heyoka1@gmx.net)  
[www.heyokabt.de](http://www.heyokabt.de)

Herzliche Bonding Grüße  
Marita, Siegfried und Elisabeth Z.