



Vortrag: Wechseljahre

DO 19. Oktober 2023 | 19:30 Uhr | Bergrettungsheim Raggal

Aufbruch in eine neue Denkweise

Wer hat es nicht auch schon beobachtet oder selbst erlebt: Eine Frau knallrot im Gesicht, die Schweißperlen glänzen auf der Stirn und sie fächert sich peinlich berührt frische Luft zu.– Natürlich, eine Hitzewallung! – Die Wechseljahre lassen grüßen.

Vor diesem gnadenlosen «Ausgeliefert sein» fürchtet sich so manche Frau um die 40. Was tun?

Dieser Workshop stellt Frauen in der Lebensmitte mit ihrem Alltagserleben in den Fokus. Wechseljahre nicht als Symptom, sondern Wechseljahre als Symbol! Wir gehen den Fragen auf die Spur: Ist Frau den Hormonen hilflos ausgeliefert? Oder will unser Körper vielleicht etwas offenbaren? Könnte diese unruhige Zeit gar eine Chance sein? Auf dem Weg zu sich selbst, von einer körperlichen zur geistigen Mutterschaft! Was müssen oder dürfen wir loslassen?

Wir werden die Wechseljahre ganzheitlich beleuchten, Symptome hinterfragen und überlegen, wie Frau sich sicher durch diese Jahre des Wandels hindurch manövrieren kann.

Referentin: Cornelia Luterbacher, Dipl. Psychologische Einzel-, Paar-, und Familienberatung FSB, Anerkannte Beraterin SGfB, Eidg. FA Ausbilderin, Trauerbegleiterin

Kosten: € 10,00 für Nichtmitglieder; € 7,00 für Mitglieder des Familienverbandes Vorarlberg oder mit Familienpass

Mit freundlicher Unterstützung des Landes Vorarlberg



Cornelia Luterbacher

Anmeldungen bitte bis Montag, 16. Oktober
bei **Susanne Sparr 0664 87 15 578** oder
an familienverbandgrosswalsertal@gmail.com

familie.
gemeinsam
wachsen



Familiengespräche