

...wenn die Hormone aus der Reihe tanzen...

Die Wechseljahre fühlen sich für viele Frauen wie ein Buch mit sieben Siegeln an!

Mit dem Zeitpunkt unserer Zeugung und Geburt als weibliche Wesen treten wir früher oder später in den Prozess der Wechseljahre ein. Um diese Zeit, auch Peri- Menopause genannt, ranken sich viele Mythen und Vorurteile. Sie wird oft negiert und tabuisiert und fühlt sich für viele von uns Frauen... eben wie ein Buch mit sieben Siegeln... an.

Mit diesem Seminar möchte dieses Buch öffnen, den Rätseln und dem Undurchschaubaren, dem Unverständlichen mit folgenden Inhalten Raum geben:

- ♀ der Anatomie und Physiologie des weiblichen Körpers
- ♀ der Funktion der Hormone allgemein
- ♀ den Hormonen des weiblichen Zyklus
- ♀ den hormonellen Veränderungen in der Peri-Menopause
- ♀ den Körperveränderungen in der Peri-Menopause
- ♀ dem Zusammenhang zwischen den Hormonen und den Chakras des energetischen Körpers
- ♀ den psychosozialen, kulturellen und gesellschaftlichen Phänomenen der Peri- Menopause
- ♀ den spirituellen Aspekten dieser Lebenszeit
- ♀ den diversen Behandlungsformen und Unterstützungsmöglichkeiten

Das Seminar richtet sich ausschliessliche an Frauen jeden Alters und hat zum Ziel, einen Raum für Wissenserwerb, Wissenstransfer und Körperwahrnehmungsübungen sowie Austausch und Kontakt rund um das Thema Wechseljahre zu schaffen und so die Kraft dieser Frauenzeit zu erkennen, zu fördern und zu nutzen.

Datum:

Samstag, 28.02.2026

Zeit:

10.00 - 16.00 Uhr

Kosten:

120.- CHF

Ort:



Blankweg 2a

3072 Ostermundigen

Anmeldung:

Die verbindliche Anmeldung erfolgt bitte schriftlich über die [Homepage/Kontakt](#), diesen oder meiner Mailadresse: gfellerma@bluewin.ch



Anfahrt:

Bahn Bern SBB/ Ostermundigen SBB:

Bernmobil Bus Nr. 10 Richtung «Ostermundigen–Rüti» bis Bushaltestelle: «Wegmühlegässli»

Mit dem Auto:

- A6 Bern-Wankdorf: Winkelriedstrasse - Bolligenstrasse - Umfahrungsstrasse - Wegmühlegässli – Bernstrasse
- A6 Bern-Ostring: Laubeggstrasse - Ostermundigenstrasse – Bernstrasse
- Parkieren an der Bernstrasse 101 hinter «Treffpunkt Mundigen», kostenpflichtig ca. 7.- CHF

Karte:

