

## D3406B Wechseljahre als Chance! Ein Vortrag für Frauen ab 40 zur Vorbereitung auf die Wechseljahre

Beginn	Freitag, 26.06.2026, 18:00 - 20:00 Uhr
Kursgebühr	10,00 €
Dauer	1 Termin
Kursleitung	Manuela Bott
Kursort	UF, vhs, V1.22, Kleiner Saal, Am Bahnhof 13, 85774 Unterföhring

Wechseljahre sind schweißtreibend - aber nicht nur. Sie bedeuten körperliche Veränderung ebenso wie Aufbruch und Neuorientierung mit viel Lebenserfahrung im Gepäck. Wir Frauen befinden uns in einem Prozess des Wandels. Das Wissen um Zyklusveränderungen, ein aktiver Umgang mit den Symptomen, Informationen zur Behandlung mit bioidentischen Hormonen und das Verständnis der seelischen Botschaften werden dargestellt. Dieses Wissen ermutigt zu einer positiven Gestaltung dieser Lebensphase und einen wertschätzenden Umgang mit uns selbst.

### Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
26.06.2026	18:00 - 20:00 Uhr	Unterföhring, vhs-Zentrum, Kleiner Saal, V1.22

[zur Kursdetail-Seite](#)