

Wechseljahre: Auftakt und Neubeginn Interessant als Weiterbildung für EMR-Mitglieder

Für alle Frauen, die sich vom Älterwerden nicht unterkriegen lassen.

Wechseljahre sind keine Krankheit, es ist kein medizinisches Thema, sondern eine äusserst spannende Zeit des Umbruchs und Aufbruchs. Wer psychologisch und philosophisch versteht, was die Wechseljahre im weiblichen Lebenslauf bedeuten, wird sich mit grosser Begeisterung auf diese neue Lebensphase einlassen, freudig dem neuen Lebensabschnitt entgegenschreiten und neue Projekte umsetzen.

Wer mehr über die Hintergründe, die sich in dieser Lebensphase abspielen, weiss, wird sich nicht mehr entmutigen und verunsichern lassen.



Themen	<ul style="list-style-type: none"> • Die Zeichen körperlicher Veränderung verstehen lernen • Tanz der Hormone: Dichtung und Wahrheit • Körperliche, psychologische und philosophische Aspekten • Wie sich Frau vor gesellschaftlicher Abwertung schützt • Neue Aufgaben und Lebensziele erkennen • Älterwerden als Kapital verstehen lernen • Selbstentwertung stoppen, Selbstfürsorge lernen • Sexualität: in der Hitze der Nacht
Daten	<p>Kurs Nr. 575: 18. Nov. – 20. Nov. 2025 / DI – DO <i>online</i></p> <p>jeweils 09.30 – 17.00 Uhr</p>
Methoden	<ul style="list-style-type: none"> • Impulsreferate • Wissensvermittlung Literatur • Kreative Methoden • Diskussion • Austausch untereinander • Selbstreflexion
Abschluss	<p>Weiterbildungszertifikat Wird als Teilmodul für das SGfB angerechnet</p>
Kurskosten	<p>CHF 980.-</p> <p>Subventionen bei kleinem Budget möglich: Gesuch richten an den Verein «Bildungsfond für Frauen»: sekretariat@frauenseminar-bodensee.ch</p> <p>Vortrags-Link „Wechseljahre; Auftakt und Aufbruch“</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 Ex: Julia Onken, „Feuerzeichenfrau“, C.H.Beck Verlag