

# Workshop für Frauen **rundum** die **Wechseljahre**

Samstag, **25. November 2017** von 10 bis 13 Uhr

**Praxis rundum** Herrenberg, Auf dem Graben 8 (oder im Klosterhof, 71083 Hbg., Bronngasse 13, abhängig von der TN-innen-Anzahl)

## Programm

- 10:00 Uhr Begrüßung und Ankommen
- 10:15 Uhr Einführung in das Thema Wechseljahre  
Soziokulturelle und psychosoziale Hintergründe
- 10:45 Uhr Die Wechseljahre aus Ayurvedischer Sicht  
Ideen, Anregungen und praktische Übungen aus dem Ayurveda und Yoga
- 11:15 Uhr Teepause
- 11:30 Uhr Der weibliche Zyklus in den Wechseljahren –  
Das Hormonsystem unterstützende Pflanzen,  
Tees zum Probieren
- 12:00 Uhr Bewährte freiverkäufliche Medikamente und  
Schüssler Salze
- 12:30 Uhr Duft-Meditation
- 13:00 Uhr Kurze Abschluss-Runde

## Referentinnen

Mitarbeiterinnen der Praxisgemeinschaft **rundum**

Ulrike Herderich/ Hebamme

Sibylle Kraut/ Dipl. Soz.-Pädagogin und Körpertherapeutin

Heike Mühlen/ Dipl. Pädagogin, Yogalehrerin BDY/EYU

Anke Much/ Heilpraktikerin, Dozentin an der Schule für  
freie Gesundheitsberufe IMPULSE e.V.

Angelika Sturm/ Pharmazeutisch-technische  
Assistentin, Heilpraktikerin

Gast: Sabine Lausch/ Wechseljahresberaterin

**Kursgebühr – 25,- Euro –** bitte vor Beginn der Veranstaltung vor Ort in **bar** bezahlen!

**Anmeldung –** bis zum **15. November 2017** bei Sibylle Kraut, Telefon 0 70 32 -3 47 80, [kontakt@sibylle-kraut.de](mailto:kontakt@sibylle-kraut.de)