

# Vertiefungsfragen zu

Vortrag: „Wechseljahre: Nur ein Problem?“

*Marianne Bertschinger & Zippora Nelson*

Was hilft Ihnen in schwierigen Herausforderungen, z.B. körperlichen Veränderungen aufgrund der Wechseljahre, den Mut nicht zu verlieren?

---

---

---

---

Die Wechseljahre bezeichnen unter anderem einen Zeitabschnitt, in dem Frauen viel loslassen müssen. Träume, Fruchtbarkeit, Kinder, Eltern u.a.m. Was würde Ihnen Flügel verleihen, den neuen Lebensabschnitt zu gestalten und zu einem ganzen Ja durchzubrechen?

---

---

---

---

Erinnern Sie sich, falls Sie die Wechseljahre hinter sich haben, was Ihnen geholfen oder Sie eher blockiert hat? Was ist Ihnen kostbar und was würden Sie gerne an jüngere Frauen weitergeben?

---

---

---

---

---

Initiative **PRO AGING**  
initiative-pro-aging.ch