

Leben im Wandel

Angebotstyp: Vortrag

Zielgruppe: Frauen vor und in den Wechseljahren

Ziele und Inhalte:

In der Zeit zwischen dem 40. und 55. Lebensjahr brechen oft langjährige Lebensstrukturen (Familie, Beruf) auf, körperliche und psychische Veränderungen treten ein und vieles im Leben einer Frau ist neu zu ordnen. Dieser Lebensabschnitt wird von vielen Frauen genützt, um Bilanz zu ziehen oder ihrem Leben einen neuen Sinn zu geben. Diese Neuorientierung fällt nicht immer leicht. Die Erwartungen anderer, die gesellschaftliche Abwertung reifer Frauen, aber auch das eigene Perfektionsstreben können Hindernisse sein. Der Vortrag richtet sich an Frauen, die ihr Leben bewusster gestalten, ihren Selbstwert stärken und sich besser abgrenzen wollen.

Referentin: Mag.^a Karin Wernig, Diplomkrankenschwester, Studium der Psychologie

Dauer: 1,5 Stunden

Kosten: € 190,-- zuzüglich 10 % USt