

# *Einladung*

an alle Landfrauen und Interessierten zum  
Frühstück mit Vortrag

**„Frausein 2.0“  
die Wechseljahre und hormonelle  
Veränderungen neu überdenken**

**am Donnerstag, 20. November 2025  
um 9.30 Uhr in Paterzell**

Der einseitige Blick auf die Wechseljahre wird heute zunehmend durch eine ganzheitlichere und positivere Perspektive ersetzt.

Im Vortrag erfahren Sie Wissenswertes, Hilfreiches und Spannendes zu den individuellen Veränderungen, denen Frauen in dieser Zeit begegnen können. Gerüstet mit diesem Wissen über die verschiedenen Phasen der sogenannten „Wechseljahre“ sowie hormonelle Dysbalancen können Sie Symptome erkennen und sie richtig einordnen. Sie lernen Möglichkeiten kennen, die jeder Frau bekannt sein sollten, damit sie gut für sich selbst sorgen, diese außergewöhnliche Zeit nicht als belastend, sondern auch als bereichernd empfinden und das Frausein 2.0 selbstbewusst und mit Energie ausleben kann.

- Ort:** Gasthof zum Eibenwald, Paterzell
- Referentin:** Sonja Wirth-Stumpf (Heilpraktikerin)
- Kosten:** Frühstückskosten 20 € vor Ort, Vortrag kostenfrei
- Anmeldung:** bei Christine Sulzenbacher bis 10.11.2025  
Tel.: 08868-827, Mobil: 01520-1341123  
Mail: christine.sulzenbacher@t-online.de
- Kontakt:** Geschäftsstelle Weilheim, Tel.: 0881-9266-0