

Wechsel

Wirkung

„Getting old ain't for Sissies!“

Alt werden ist nichts für Zimperliesen!

Gruppe  
für Frauen

Info-Abend

Wochenende

Fortlaufende Gruppe

## „Getting old ...!“

Wirkungen,  
Unterschiede und  
Gemeinsamkeiten  
der Wechseljahre –  
jede Frau erlebt  
seelische und  
körperliche  
Veränderungen.

„Unter uns“  
im Austausch mit  
anderen Frauen  
werden wir  
Einstellungen und  
Muster beforschen,  
Tipps und Übungen  
erfahren,  
um uns selbst  
anzunehmen -  
jeden Tag ein  
bisschen mehr!

Wie schon Bette Davis  
vor vielen Jahren  
anmerkte ist es  
keineswegs einfach,  
älter zu werden- auch  
wenn es natürlich ist.

Jetzt, eine Generation  
später, umgeben uns  
immer noch Tabus, wir  
sind allein mit unseren  
Fragen, Ängsten und  
Erfahrungen.

Älter werden – oder  
nicht – ist keine Frage  
des Willens,  
wohl aber die  
Bereitschaft sich mit  
der neuen Lebensphase  
zu beschäftigen.

... nur Mut!

Info-Abend 18.02.2011

Wochenende Sa/So 26/.27.02.

Fortlaufende Gruppe Termine werden danach  
gemeinsam vereinbart

Kontakt & Anmeldung

Andrea

Tietz-Ernstberger

T. 030- 2408 3904

[www.core-evolving.de](http://www.core-evolving.de)

