

## Dr. Christel Bachmeier

Seit 1993 arbeite ich als Frauenärztin in eigener Praxis. Neben der klassischen schulmedizinischen Tätigkeit beschäftige ich mich seit 17 Jahren mit Alternativmedizin, Körperarbeit (insbesondere Frauenmassagen), Schamanismus und natürlicher Hormontherapie.



Die Themen, welche mit den Wechseljahren einhergehen, liegen mir besonders am Herzen, um den Frauen neue und positive Sichtweisen auf diese wichtige und intensive Lebensphase zu vermitteln.

**Mehr Infos: [www.ihrefrauenaerztin.de](http://www.ihrefrauenaerztin.de)**



## Melanie Fritz

Seit 2001 begleite ich Menschen auf ihrem persönlichen Weg. Mit meinen vielfältigen, fundierten Ausbildungen und langjähriger Erfahrung

unterstütze ich Frauen und Paare auf ihrer individuellen Entdeckungsreise zu mehr Lebensfreude und zu einer erfüllten, gelebten Sexualität.

**Mehr Infos: [www.melanie-fritz.com](http://www.melanie-fritz.com)**



9/2021 - www.fritzdesign.de  
Irrtum/Änderung vorbehalten

## Seminarleitung

### Melanie Fritz

Sexologin, Gesundheitspraktikerin (BfG)  
für weibliche Sexualität

Marie-Curie-Straße 5 · 91052 Erlangen  
Telefon 0176.84 00 63 34  
E-Mail [mf@melanie-fritz.com](mailto:mf@melanie-fritz.com)

**[www.melanie-fritz.com](http://www.melanie-fritz.com)**

### Dr. Christel Bachmeier

Frauenärztin

Praxis für Frauenheilkunde und Geburtshilfe  
Maxstraße 7 · 90762 Fürth  
E-Mail [info@ihrefrauenaerztin.de](mailto:info@ihrefrauenaerztin.de)

**[www.ihrefrauenaerztin.de](http://www.ihrefrauenaerztin.de)**

Termine 2022

# Kraftvoll durch die Wechseljahre

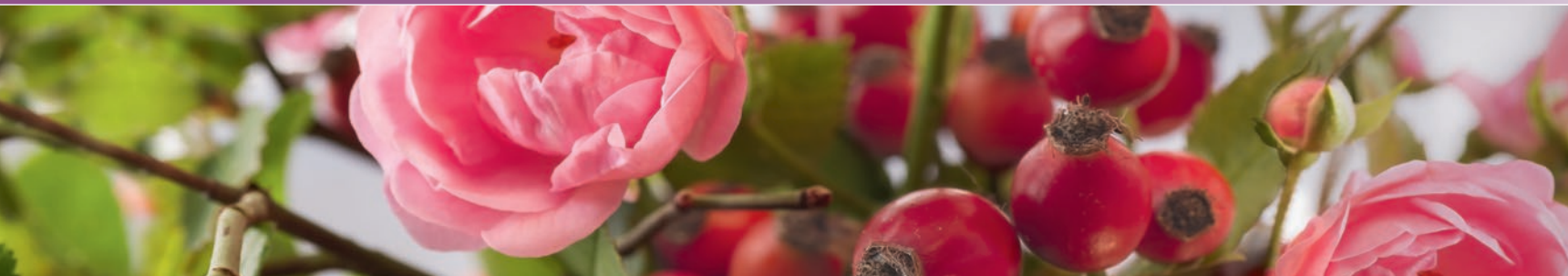


## Seminar

von Melanie Fritz, Sexologin  
Gesundheitspraktikerin (BfG)  
für weibliche Sexualität

und Dr. Christel Bachmeier  
Frauenärztin

**[www.melanie-fritz.com](http://www.melanie-fritz.com)**



Weitere Angebote zu Frauengruppen, Seminaren, Vorträgen und Frauenmassagen finden Sie unter [www.melanie-fritz.com](http://www.melanie-fritz.com)

# Kraftvoll durch die Wechseljahre

**NEU:** Jetzt auch als **Online-Kurs!**  
Infos auf [www.melanie-fritz.com](http://www.melanie-fritz.com)

**Gewinnen Sie durch dieses Seminar eine neue Sichtweise auf sich und die Wechseljahre. So können Sie die Herausforderungen und Chancen dieser Zeit besser verstehen und die Kraft der Wechseljahre sinnvoll nutzen.**

Das Leben ist ein ständiger Wechsel und doch ist ein besonders starker Wandel zwischen 45 und 55 Jahren zu spüren und zu beobachten.

Viele Frauen orientieren sich in diesen Jahren beruflich, privat oder in Beziehungen neu. Kinder gehen aus dem Haus, Eltern sterben, Partnerschaften verändern sich. Die Frage taucht auf, was sie denn mit dem Rest ihres Lebens machen wollen.

Auch der Körper und die Hormonproduktion verändern sich, was zur Folge hat, dass es physische und psychische Neuausrichtungen gibt.

Am Vormittag sprechen wir über Hormone, körperliche Zusammenhänge und psychische Auswirkungen der Wechseljahre. Dann werden wir den Wechsel aus klassisch-medizinischer, alternativ-medizinischer und schamanischer Sicht betrachten und neu verstehen. Den Nachmittag nutzen wir für gemeinsame Rituale, um den Wechsel gut zu begleiten, Altes loszulassen und Neues einzuladen. Diese Rituale haben traditionelle und schamanische Ursprünge.

## Themen

- Wechseljahre (neu) verstehen
- Bedeutung der Symptome
- Das Zusammenspiel von Psyche und Körper
- Neuausrichtung der Sexualität
- Sinnsuche, Neuorientierung, Entwicklungschancen
- Hormonveränderungen
- Künstliche, naturidentische und natürliche Hormone
- Ernährung und Stoffwechsel
- Hilfe aus der Natur
- Psychische Herausforderungen
- Die spirituelle Bedeutung der Wechseljahre

## Termine & Anmeldung

**Sonntag, 15.5.2022**

oder

**Sonntag, 23.10.2022**

Zeit: 10:00 bis 18:00 Uhr

Kosten: € 110,- €

Ort: studio3klang in 91054 Erlangen,  
Am Schwabachgrund 22

**Seminarleitung:** Melanie Fritz und  
Frauenärztin Dr. Christel Bachmeier

**Anmeldung** über [www.melanie-fritz.com](http://www.melanie-fritz.com)

**Bei Fragen** zu dem Seminar wenden  
Sie sich bitte an Melanie Fritz unter  
Tel. 0176.84 00 63 34 oder  
E-Mail [mf@melanie-fritz.com](mailto:mf@melanie-fritz.com)