

12. September 2023

## Frau im Rhythmus: von der Periode bis zu den Wechseljahren

Menstruationsbeschwerden, Schmerzen, PMS sind häufiges Leid bei jungen Frauen. Hitzewallungen, Stimmungsschwankungen, Libidoverlust, Gewichtszunahme treten bei vielen Frauen in den Wechseljahren auf. Wir beschäftigen uns mit Hormonen, Psychosomatik und entwerfen Ansätze für eine ganzheitliche Behandlung.



### Kursinhalt

- Rhythmus sowie Leben und Sterben sind jeden Monat in der Frau angelegt
- Menstruation: Überblick über Hormone und Beschwerden
- Bewährte Hausmittel
- Endometriose: langer Schmerzensweg bis zur Diagnose
- Wechseljahre: Hormonveränderungen und häufige Beschwerden
- Was machen die körperlichen Symptome deutlich?
- Welche Bedürfnisse hat die Frau?
- Welche Fragen muss ich stellen, um mich für einen Behandlungs-Fokus zu entscheiden?
- Mögliche Interventionen
- Was möchte ich mit meiner Behandlung erreichen? Fokus, Intention, Intervention
- Behandlung/Massage zur Unterstützung

### Kursziel

Die Teilnehmenden

- werden sich bewusst, was die Phasen im Frauen-Leben bedeuten und was die Bedürfnisse sind
- lernen, die Frau ganzheitlicher zu erfassen
- massieren und behandeln des Beschwerdebildes mit Fokus und Intention
- üben Fokus, Intention und Intervention gezielt einzusetzen

### Dozentin

Barbara Schlochow

### Kursinfo

Theorie & Praxis

7 Kursstunden | max. 16 Teilnehmer

### Voraussetzung

TherapeutIn mit medizinischem Wissen

📅 Dienstag, 12. September 2023

🕒 9.00 – 12.30 Uhr und 13.30 – 17.00 Uhr

📍 Schachenallee 29, 5000 Aarau

👥 vdms-asmm-Mitglieder CHF 190.00

👥 Nichtmitglieder CHF 255.00

🛒 Mitbringen: Schreibmaterial,  
2 grosse Badetücher