

DIE WECHSELJAHREBERATERIN



Elisabeth Mayer

Anlässlich des Internationalen Tages für Frauengesundheit: „Frauengesundheit in allen Lebensphasen – vom Zyklus bis in die Wechseljahre“

Format: Vortrag am **20. Mai 2026**, von **19:00 bis 20:30 Uhr**

Dauer: 90 min. inkl. 15 – 30 min. Fragerunde

Ort: Sitzungssaal der Marktgemeinde Kilb

Kursbeitrag: Teilnahme kostenlos

Zielgruppe: Frauen jeden Alters und interessierte Männer

Beschreibung:

Der weibliche Körper verändert sich im Laufe des Lebens ständig – **von der Pubertät über die fruchtbaren Jahre bis zu den Wechseljahren.**

In diesem Vortrag erhalten Sie fundiertes und verständlich aufbereitetes Wissen über den **weiblichen Zyklus, hormonelle Veränderungen und typische Beschwerden** in verschiedenen Lebensphasen. Sie erfahren, welche **Zusammenhänge im Körper** wirken und wie Sie Ihre **Gesundheit durch Wissen, Ernährung und Lebensstil aktiv unterstützen** können.

Über die Referentin:



Mag. Elisabeth Mayer

- Gebürtige Mostviertlerin (aus Mank)
 - Ernährungswissenschaftlerin
 - Wechseljahreberaterin
 - Mikronährstoff-Fachberaterin
 - Darmgesundheitsexpertin
 - Langjährige Erfahrung in der Beratung von Frauen
-

Mag. Elisabeth Mayer – Ernährungswissenschaftlerin & Wechseljahreberaterin

Praxisgemeinschaft: Steinergergasse 7/9, 3100 St. Pölten

Ordination Dr. Beatrix Patzak – Allgemeinmedizin: Traisengasse 17/5, 1200 Wien

Tel. Nr.: +43 677 637 30 600

E-Mail: info@diewechseljahreberaterin.at

Web: www.diewechseljahreberaterin.at