

# **ONLINE: FRAUEN IN DEN WECHSELJAHREN - GEWICHTSPROBLEME ANGEHEN**

Campus<sup>3</sup> AG  
Haselstrasse 18  
5400 Baden  
Tel.: +41 (0)56 552 60 00  
E-Mail: [info@campus3.ch](mailto:info@campus3.ch)



## **Kursausschreibung**

# **ONLINE: FRAUEN IN DEN WECHSELJAHREN - GEWICHTSPROBLEME ANGEHEN**

### **EINLEITUNG**

Speziell für Frauen ab 40 bieten wir einen Online-Kurs an, der sich mit den Herausforderungen der Wechseljahre befasst - insbesondere mit dem Thema Gewichtszunahme und Gewichtsprobleme in dieser Lebensphase.

### **ZIELE**

Die Teilnehmenden

- kennen Methoden, um Gewichtsprobleme selbstständig anzugehen und zu beraten

## INHALTE

- Punktuelles Grundwissen über die Sicht der TCM auf die Wechseljahre.
- Profitieren vom Erfahrungsaustausch.
- Kennenlernen von Strategien zur Integration in den Alltag.

## METHODEN/ARBEITSWEISEN

- Offener Vortrag mit Q+A zu den genannten Themen

30 Teilnehmer mit einer Lehrperson

## ANGABEN ZUR LEHRPERSON

- Fachärztin für Allgemeinmedizin und Innere Medizin
- Spezialisiert auf Traditionelle Chinesische Medizin und Energetik
- [www.dr-nina-roy.de](http://www.dr-nina-roy.de)

## KURSVORAUSSETZUNGEN

Offen für alle Interessierten

## LEITUNG

Dr. Nina Roy



- Fachärztin für Allgemeinmedizin und Innere Medizin
- Spezialisiert auf Traditionelle Chinesische Medizin und Energetik
- [www.dr-nina-roy.de](http://www.dr-nina-roy.de)

## BEMERKUNGEN

## Buchempfehlung

Interessierten wird das Buch TCM Your Life (Knaur) der Dozentin als begleitende Lektüre zum Kurs empfohlen.

Kursort	Datum	Zeiten	Kurs-Nr	Kosten
	06.11.2026	15.00 - 17.00 Uhr	00226	CHF 105.-