EVANGELISCHE FRAUEN SH

Stress, lass nach!

Mit Düften und Musik entspannt durch die Wechseljahre

Die Wechseljahre sind eine Zeit des Wandels – oft begleitet von Unruhe, Erschöpfung oder innerer Anspannung. Düfte und Musik können auf sanfte Weise helfen, zur Ruhe zu kommen und neue Kraft zu schöpfen. Finden Sie wohltuende Rituale für Ihren Alltag. Stellen Sie Ihr persönliches Duftöl zusammen.

Verena Barbera, Musiktherapeutin in Schaffhausen, musiktherapie-barbera.ch

Mittwoch, 4. November 2026,
19.00 Uhr bis 20.30 Uhr
Gemeindestube, Kirchgasse 8, 8226 Schleitheim

Kosten: 15 CHF für persönliche, hochwertige Duftölkombination

www.ref-sh.ch/frauen-schleitheim

Evangelische Frauen Schleitheim

EVANGELISCHE FRAUEN SH

EVANGELISCHE FRAUEN SH

Stress, lass nach!

Mit Düften und Musik entspannt durch die Wechseljahre

Die Wechseljahre sind eine Zeit des Wandels – oft begleitet von Unruhe, Erschöpfung oder innerer Anspannung. Düfte und Musik können auf sanfte Weise helfen, zur Ruhe zu kommen und neue Kraft zu schöpfen. Finden Sie wohltuende Rituale für Ihren Alltag. Stellen Sie Ihr persönliches Duftöl zusammen.

Verena Barbera, Musiktherapeutin in Schaffhausen, musiktherapie-barbera.ch

Mittwoch, 4. November 2026,
19.00 Uhr bis 20.30 Uhr
Gemeindestube, Kirchgasse 8, 8226 Schleitheim

Kosten: 15 CHF für persönliche, hochwertige Duftölkombination

www.ref-sh.ch/frauen-schleitheim

Evangelische Frauen Schleitheim

EVANGELISCHE FRAUEN SH