

LIEBenswerter – HERZlicher – LUSTiger – FRUSTloser – SEXtra



FRAUENTALK



Talk = Gespräch

Töchter, Mütter, Omas, Tanten,...

Gespräche unter Frauen in **angenehmer und lockerer Atmosphäre** zu folgenden Themen:

Beckenbodentraining, Inkontinenz und Senkungsbeschwerden, Verdauung und Bauch, Sexualität, Verhütung, Monatshygiene, Energieübungen und Körperbehandlung/Massage nach Shiatsu (japanische Fingerdruckmethode)

Die Expertinnen halten ein kurzes Referat über ihr Fachgebiet und laden zum gemeinsamen Gespräch ein. Am runden Tisch, in kleiner Gruppe oder auch unter vier Augen werden in entspannter Atmosphäre Fragen vertrauensvoll beantwortet.

Sabine wird mit ihrem fröhlichen Vortrag zum Thema Sexualität die Runde auflockern.

Renate wird uns mit Energieübungen die Müdigkeiten vergessen lassen und beste **Tipps von Gabi** zum Thema Beckenboden bringen dann endgültig den Abend in Bestform.

Wir freuen uns auf viele Fragen und interessante Gespräche!!!

Expertinnen:

Sabine Fallmann-Hauser: Sexualpädagogin

Renate Heim: Shiatsupracticioner

Gabriele Hofbauer: Physiotherapeutin für Beckenboden

Brötchen und Getränke machen die ganze Sache und uns Frauen so richtig rund!!!