



**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 Schleithelm

Kosten: 15 CHF für persönliche, hochwertige
Duftölkombination

www.ref-sh.ch/frauen-schleithelm

Evangelische Frauen Schleithelm



**EVANGELISCHE
FRAUEN SH**