

# Faszien & Menopause: Ganzheitliche Strategien für Wohlbefinden und Schmerzlinderung

## NATURHEILKUNDE



Entdecken Sie, wie Faszienarbeit Frauen in den Wechseljahren unterstützen kann!

Hormonelle Veränderungen in der Menopause bringen oft Beschwerden wie Schmerzen, Krämpfe und Bewegungseinschränkungen mit

sich. Neueste Forschung zeigt: Faszien – das Bindegewebe, das unseren Körper durchzieht – spielen dabei eine zentrale Rolle. In diesem praxisorientierten Seminar erfahren Sie, wie Sie Faszien- und Narbengewebe gezielt unterstützen und Beschwerden nachhaltig lindern können.

### Zielgruppe:

Heilpraktiker:innen, Ärzt:innen, Physiotherapeut:innen, Osteopath:innen, Bodyworker, Psycholog:innen, Trainer:innen, Yogalehrer:innen, Frauen in der Menopause und alle, die ganzheitliche Lösungen suchen

### Das erwartet Sie:

- Verstehen, wie hormonelle Veränderungen Faszien und Narbengewebe beeinflussen - Ursachen für Schmerzen, Krämpfe und Ziehen in den Wechseljahren erkennen
- Praktische Techniken zur Faszienpflege, Narbenbehandlung und Schmerzlinderung - Sanfte Bewegung, Ernährung und Selbstfürsorge als Teil des Therapieansatzes
- Fallbeispiele, Gruppenübungen und Austausch mit Expert:innen

### Seminar-Highlights:

- Wissenschaftliche Grundlagen: Faszien, Hormone & Schmerz - Narbenarbeit und Lösung von Adhäsionen
- Bewegung, Ernährung & Hydratation für gesunde Faszien
- Stressmanagement und Selbstfürsorge
- Praktische Übungen & Q&A

Materialien & Mitbringen: Visuelle Hilfsmittel, Handouts, Faszienrollen, Massagebälle; \*\*Bitte bringen Sie warme Socken mit!\*\*

Warum teilnehmen? Erweitern Sie Ihr Wissen und Ihre therapeutischen Möglichkeiten! Lernen Sie, wie Sie Frauen in der Menopause mit gezielter Faszienarbeit und alltagsnahen Tipps unterstützen – für mehr Beweglichkeit, weniger Schmerzen und ein neues Körpergefühl. Jetzt anmelden und neue Wege für Wohlbefinden und Resilienz entdecken!

**Dozent/in Tobias Elliott-Walter:** Die YOGA-Lehrerausbildung (2018) führte Tobias zur Spezialisierung als zertifizierter Rolfer® (European Rolfing® Association). Er vertiefte sein Wissen in ScarWork™ (Sharon Wheeler) und BoneWork™. Tobias bietet Unterricht, Workshops und Behandlungen auf Deutsch und Englisch an und spricht damit ein internationales Publikum an. Mit 24 Jahren Führungserfahrung im Gastgewerbe, davon 16 Jahre im Ausland, bringt er umfassende Kompetenzen in Personalführung und Konfliktmanagement mit. Aktuell absolviert er die Heilpraktiker-Ausbildung bei Paracelsus Saarbrücken.

Termine:

**Sa. 13.12.2025**

**So. 14.12.2025**

jew. 10:00-18:00 Uhr

Preis:

**320,- Euro \***

**Paracelsus**

**Gesundheitsakademie**

**Bahnhofstr. 31**

**66111 Saarbrücken**

Tel. 0681 - 3 22 62

Seminarnummer:

**SSF66131225**

### Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: [www.paracelsus.de](http://www.paracelsus.de)
- per QR:

