

# Du kämpfst mit den Wechseljahren?

## Du bist nicht allein!

Hast du folgende Symptome?

- Unerklärliche Gewichtszunahme?
- Gehirnebel & Vergesslichkeit?
- Müdigkeit & niedrige Energie?
- Stimmungsschwankungen & Ängste?
- Schlechter Schlaf & nächtliches Schwitzen?



Mirjam Stein  
Zertifizierte Coachin

 femcycleflow.de

 +41 762 009 661



**Die Wechseljahre müssen kein K(R)ampf sein!**

Als zertifizierte Coachin helfe ich Frauen, diese Phase mit wissenschaftlich fundierten Strategien, Ernährung und Mindset-Änderungen zu bewältigen, damit du dich wieder wie du selbst fühlst.