



Wechseljahre - na und?: Frauen auf dem Wellenkamm des Lebens (German Edition)

Anne Simons

Download now

Read Online →

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Wechseljahre - na und?: Frauen auf dem Wellenkamm des Lebens (German Edition)

Anne Simons

Wechseljahre - na und?: Frauen auf dem Wellenkamm des Lebens (German Edition) Anne Simons
Heutige Frauen um die fünfzig sind „jünger“ als ihre Mütter und Großmütter. Sie sind weiterhin aktiv und sexuell attraktiv. Die Wechseljahre als Chance, Erleichterung oder Neubeginn – so sehen nicht nur Frauen in anderen Kulturen diesen Wendepunkt in ihrem Leben.

Dieses Buch informiert über die hormonellen Abläufe vor und während der Wechseljahre. Es stellt die herkömmliche Hormonersatztherapie und ihre Risiken dar und zeigt gesunde Alternativen auf. Mit Salben, Tinkturen, Tees, bestimmten Nahrungsmitteln und natürlichem Progesteron lassen sich Stimmungsschwankungen, Scheidentrockenheit oder Hitzewellen in den Griff bekommen.

Aus einer Vielzahl an praktischen Tipps und Rezepten kann die Leserin wählen, um die Symptome des Klimakteriums mit pflanzlichen Mitteln zu harmonisieren und den Übergang sanft und problemlos zu gestalten.

Anne Simons, Jahrgang 1956, studierte Anglistik und Romanistik in Münster/Westf., Lille und München. Neben ihrer Lehrtätigkeit übersetzte sie literarische Werke ebenso wie Sachbücher. Sie beschäftigt sich schwerpunktmäßig mit naturheilkundlichen Themen und verfasste eine Reihe von Büchern, darunter auch mehrere Bestseller. Bekannt wurde sie durch die Veröffentlichung von „Gesund länger leben durch OPC“ (zusammen mit Alexander Rucker) und „Das OPC-Arbeitsbuch“ (beide erschienen bei MayaMedia). Durch ihre Bücher ebenso wie durch zahlreiche Vorträge in Deutschland, Österreich und der Schweiz hat Anne Simons maßgeblich dazu beigetragen, dass OPC im deutschsprachigen Raum bekannt geworden ist.

Mit ihren Publikationen hat die Autorin die umfangreiche wissenschaftliche Literatur zum Thema OPC, die hauptsächlich in französischer und englischer Sprache vorliegt, für das deutschsprachige Publikum in allgemeinverständlicher Form aufbereitet. In persönlichen Begegnungen sowie in langen Briefwechseln entwickelte sich eine intensive Zusammenarbeit und herzliche Freundschaft zwischen Anne Simons und Prof. Masquelier, dem Entdecker und Erforscher von OPC. Anne Simons ist in Deutschland wohl die einzige Autorin und Referentin, die ihr Wissen über OPC aus erster Quelle bezieht.

 [Download Wechseljahre - na und?: Frauen auf dem Wellenkamm des L ...pdf](#)

 [Read Online Wechseljahre - na und?: Frauen auf dem Wellenkamm des ...pdf](#)

Download and Read Free Online Wechseljahre - na und?: Frauen auf dem Wellenkamm des Lebens (German Edition) Anne Simons

Download and Read Free Online Wechseljahre - na und?: Frauen auf dem Wellenkamm des Lebens (German Edition) Anne Simons

From reader reviews:

Cary Burgess:

Throughout other case, little persons like to read book Wechseljahre - na und?: Frauen auf dem Wellenkamm des Lebens (German Edition). You can choose the best book if you love reading a book. Provided that we know about how is important some sort of book Wechseljahre - na und?: Frauen auf dem Wellenkamm des Lebens (German Edition). You can add understanding and of course you can around the world by just a book. Absolutely right, due to the fact from book you can know everything! From your country till foreign or abroad you will find yourself known. About simple point until wonderful thing it is possible to know that. In this era, we could open a book as well as searching by internet product. It is called e-book. You may use it when you feel bored stiff to go to the library. Let's read.

Alan Dean:

Now a day people that Living in the era exactly where everything reachable by talk with the internet and the resources within it can be true or not need people to be aware of each information they get. How people have to be smart in receiving any information nowadays? Of course the reply is reading a book. Looking at a book can help folks out of this uncertainty Information especially this Wechseljahre - na und?: Frauen auf dem Wellenkamm des Lebens (German Edition) book because this book offers you rich data and knowledge. Of course the info in this book hundred percent guarantees there is no doubt in it everybody knows.

Larry Boggs:

Typically the book Wechseljahre - na und?: Frauen auf dem Wellenkamm des Lebens (German Edition) will bring one to the new experience of reading a new book. The author style to describe the idea is very unique. In case you try to find new book to learn, this book very acceptable to you. The book Wechseljahre - na und?: Frauen auf dem Wellenkamm des Lebens (German Edition) is much recommended to you to read. You can also get the e-book from the official web site, so you can easier to read the book.

Jack Johnson:

Many people spending their period by playing outside with friends, fun activity with family or just watching TV all day long. You can have new activity to pay your whole day by studying a book. Ugh, do you consider reading a book can actually hard because you have to take the book everywhere? It alright you can have the e-book, taking everywhere you want in your Smartphone. Like Wechseljahre - na und?: Frauen auf dem Wellenkamm des Lebens (German Edition) which is having the e-book version. So , why not try out this book? Let's notice.

Download and Read Online Wechseljahre - na und?: Frauen auf dem Wellenkamm des Lebens (German Edition) Anne Simons #Q4DVERPSA59

Read Wechseljahre - na und?: Frauen auf dem Wellenkamm des Lebens (German Edition) by Anne Simons for online ebook

Wechseljahre - na und?: Frauen auf dem Wellenkamm des Lebens (German Edition) by Anne Simons Free PDF d0wnl0ad, audio books, books to read, good books to read, cheap books, good books, online books, books online, book reviews epub, read books online, books to read online, online library, greatbooks to read, PDF best books to read, top books to read Wechseljahre - na und?: Frauen auf dem Wellenkamm des Lebens (German Edition) by Anne Simons books to read online.

Online Wechseljahre - na und?: Frauen auf dem Wellenkamm des Lebens (German Edition) by Anne Simons ebook PDF download

Wechseljahre - na und?: Frauen auf dem Wellenkamm des Lebens (German Edition) by Anne Simons Doc

Wechseljahre - na und?: Frauen auf dem Wellenkamm des Lebens (German Edition) by Anne Simons Mobipocket

Wechseljahre - na und?: Frauen auf dem Wellenkamm des Lebens (German Edition) by Anne Simons EPub

Wechseljahre - na und?: Frauen auf dem Wellenkamm des Lebens (German Edition) by Anne Simons Ebook online

Wechseljahre - na und?: Frauen auf dem Wellenkamm des Lebens (German Edition) by Anne Simons Ebook PDF