



©Kailash Verlag.

AUFBRUCH STATT MIDLIFE-CRISIS

Irene Fellners neuer Ratgeber "Stürmische Zeiten"



Teilen



Twittern

**Buchtipp der Woche.**

Der eigene Körper verändert sich, die Kinder sind ausgezogen und Beziehungen beginnen zu kriseln: Die Lebensmitte ist eine herausfordernde Zeit. Die Trainerin Irene Fellner kennt die „Stürmischen Zeiten“ aus eigener Erfahrung und entwickelte daraus ein Fünf-Schritte-Programm, das Frauen auf dem Weg der Neuorientierung begleitet. „Jede von uns hat die Möglichkeit auf einen erfüllten zweiten Lebensabschnitt“, so die Autorin. Der am 19. April erscheinende Ratgeber für mehr Lebensqualität beinhaltet neben konkreten Übungen und Tipps auch Beispiele aus Fellners Leben. *Um 22,70 Euro, Kailash Verlag.*

Das große Interview mit Irene Fellner - am 24.04. in Ihrer MADONNA