

IRENE FELLNER als VORTRAGENDE BUCHEN

Schluss mit Tabu und Schweigen
über Wechseljahre & Älterwerden



LEBENSMITTE ALS CHANCE. NEUORIENTIERUNG IN ZEITEN DES UMBRUCHS. WECHSELJAHRE & HAPPY AGING

Mitreißend, inspirierend und praxisnah – Irene Fellner bringt Frauen in der Lebensmitte in ihre volle Kraft. Ob Wechseljahre, beruflicher Neustart ab 40 oder persönliche Weiterentwicklung: Sie zeigt, wie Frauen diese Phase als Chance nutzen, körperlich und mental gesund bleiben und ihre Lebensqualität aktiv gestalten.

Mit einer einzigartigen Mischung aus fundiertem Wissen, Humor und lebendigen Bildern, die im Kopf bleiben, begeistert sie ihr Publikum und gibt wertvolle Impulse, die sofort wirken.

Ob bei Messen, Tagungen oder Firmenveranstaltungen – Irene Fellners Vorträge motivieren, stärken und machen Lust auf ein erfülltes „Happy Aging“.



**JETZT KEYNOTE
ANFRAGEN**

office@soulsisters.at
www.soulsisters.at
Telefon: +43/676/3412000

**BEKANNT AUS
TV - PRESSE - RADIO**





MENOPOSITIVITY

DIE MAGIE DER WECHSELJAHRE ERKENNEN UND NUTZEN

- **Was wirklich passiert:** Entdecke, was gerade in deinem Körper und deinem Leben vor sich geht – ob du es bemerkst oder nicht. Die wichtigsten Fakten, die jede Frau über die Wechseljahre wissen muss.
- **Aufbruch statt Stillstand:** Fünf überraschende Gründe, warum wir uns auf die Wechseljahre freuen können.
- **Magie und Möglichkeiten:** Lerne die Chancen und verborgenen Geschenke dieser Phase kennen
- **Die Kraft der Veränderung:** Erfahre, wie du die Wechseljahre bewusst als eine Zeit des Wachstums und der Transformation nutzt.

DIE ZWEITE CHANCE

MIT 40+ BERUFLICH UND PRIVAT DURCHSTARTEN

- **Warum gerade jetzt?** Erfahre, warum die Lebensmitte mit 40+ der perfekte Zeitpunkt ist, um beruflich und privat neu zu starten
- **Wake-Up-Call der Lebensmitte meistern:** Was in der Lebensmitte geschieht und wie du typische Stolpersteine erkennst und in kraftvolle Schritte für deinen Neuanfang verwandelst.
- **Mut zur Veränderung:** Die wichtigsten Voraussetzungen, die es braucht, um mit 40+ eine erfolgreiche berufliche Neuorientierung zu starten.
- **Dein 5-Schritte-Plan:** Praxishnah und umsetzbar – so gelingt dein persönliches „Start-Up-Again“.

HAPPY AGING STATT ANTI AGING

WIE WIR GANZ OHNE JUGENDWAHN GLÜCKLICH UND GESUND ÄLTER WERDEN

- **Wie wir den Jugendwahn hinter uns lassen** und das Alter als kostbare Phase voller Möglichkeiten für Gesundheit, Lebensfreude und Sinn erkennen können.
- **10 Stellschrauben für ein erfülltes Alter:** Die wichtigsten wissenschaftlich belegten Faktoren kennen lernen, mit denen wir aktiv unsere Gesundheit, Vitalität und Zufriedenheit im Alter stärken.
- **Weichen stellen in der Lebensmitte:** Wie wir gerade jetzt – wenn sich vieles verändert – neue Ziele finden, Sinn stiften und die Basis für ein glückliches Altern legen.
- **Das Leben ab 60 - Vom Wissen ins Tun:** Praktische Anleitungen und Übungen für ein erfülltes Leben.

JETZT KEYNOTE ANFRAGEN

office@soulsisters.at
www.soulsisters.at
Telefon: +43/676/3412000

BEKANNT AUS TV - PRESSE - RADIO

MADONNA®

oe24

ÖSTERREICH

ORF W
RADIO WIEN

News

woman

Meins

DONNA

PSYCHOLOGIE
HEUTE

like it
with a heart beat

diestadtspionin

gesund: fit



WECHSELJAHRE IM OFFICE

EINE HEISSE ANGELEGENHEIT

- **Doppelte Herausforderung:** Warum Frauen in den Wechseljahren im Job oft besonders gefordert sind – und wie sich die unsichtbaren Zusatzbelastungen auswirken.
- **Alarmzeichen ignorieren? Lieber nicht!** Drei Gründe, warum Unternehmen die Herausforderungen der Lebensmitte ernst nehmen sollten.
- **Fit fürs neue Office-Klima:** Fünf einfache Maßnahmen, die Ihr Unternehmen Wechseljahre-freundlich machen.
- **Win-Win für alle:** Wie Frauen und Arbeitgeber gemeinsam von einem offenen Umgang mit den Wechseljahren profitieren

KI-FIT MIT 40+

WIE WIR UNSERE STÄRKEN IN DIE WELT VON MORGEN EINBRINGEN KÖNNEN

- **Unser Platz in der neuen Welt:** Wo stehen wir in einer Welt, in der künstliche Intelligenz zunehmend Aufgaben und Entscheidungen übernimmt?
- **Das Menschsein bewahren:** Die Antwort liegt in 4 einzigartigen Merkmalen, die uns als Menschen unersetzlich machen – und die KI nicht zur Verfügung stehen
- **Strategien für die Zukunft:** 5 konkrete Ansätze, wie wir diese menschlichen Stärken pflegen und im Zeitalter der KI bewusst einsetzen können.
- **Chancen statt Bedrohung:** Wie wir uns mit 40+ fit für das Leben mit KI machen und unseren Platz selbstbewusst einnehmen.

DIE SINN-KRISE DER LEBENSMITTE

WENN SICH DIE SEHNSUCHT DER SEELE MELDET

- **Die Sinn-Krise als Chance:** Warum Sinn-Krisen in der Lebensmitte oft der Ausgangspunkt für einen erfüllten zweiten Lebensabschnitt sind.
- **Vom Blei zum Gold:** Wie wir die Herausforderungen der Sinn-Krise als Nährboden für neue Freude und Erfüllung nutzen können
- **Die Quellen des neuen Sinns:** Wo wir nach Sinn suchen können, welche Ressourcen uns zur Verfügung stehen und wie wir diese erschließen
- **Die Sprache der Seele:** Wie sich die Sehnsucht der Seele zeigt, was sie uns sagen will und wie wir ihren Ruf in unser Leben integrieren können.

JETZT KEYNOTE ANFRAGEN

office@soulsisters.at
 www.soulsisters.at
 Telefon: +43/676/3412000

BEKANNT AUS TV - PRESSE - RADIO



WARUM IRENE FELLNER?



Irene Fellner unterstützt Frauen ab 40 dabei, ihre **Wechseljahre optimal zu gestalten und die Herausforderungen der Lebensmitte in einen kraftvollen Neustart voller Energie, Lebensfreude und Sinn zu verwandeln** – genau so, wie sie es selbst getan hat. Ob in maßgeschneiderten 1:1-Coachings, inspirierenden Seminaren, Vorträgen und Events – sowohl online als auch vor Ort – immer ermutigt sie Frauen dazu, diese transformative Phase ihres Lebens in ein neues, erfülltes Kapitel zu verwandeln.

Als gefragte Speakerin tritt sie regelmäßig auf renommierten On- und Offline-Kongressen auf und verbindet in ihren Vorträgen fundierte Expertise mit einer unverwechselbaren **Authentizität und Begeisterung, die ihr Publikum fesseln und bewegen.**

Ihr Stil? Lebendig, inspirierend und voller Bilder, die im Kopf bleiben – ein Mix, der Zuhörerinnen und Zuhörer gleichermaßen mitreißt.

Als „Die Fachfrau für Wechseljahre und eine brillante zweite Lebenshälfte“ repräsentiert sie genau das, was sie auf der Bühne vermittelt: **den Mut und die Lust, das Leben ab 40 neu zu gestalten.**

**JETZT KEYNOTE
ANFRAGEN**

office@soulsisters.at
www.soulsisters.at
Telefon: +43/676/3412000

**BEKANNT AUS
TV - PRESSE - RADIO**

MADONNA®

oe24

ÖSTERREICH

ORF W
RADIO WIEN

News

woman

Meins

DONNA

PSYCHOLOGIE
HEUTE

like it
- the - brand

diestadtspionin

gesund: fit