

Presseinformation

23. März 2026

Startschuss zur Frauen-Veranstaltungsreihe „Von Pause keine Rede!“

LR Teschl-Hofmeister: Zeit, offen über die Wechseljahre zu sprechen und Verständnis zu schaffen

Mehr als 200 Frauen waren beim Auftakt der vierteiligen Frauen-Veranstaltungsreihe „Von Pause keine Rede!“ am Mittwoch in Stockerau zu Gast. Rund eine Million Frauen in Österreich befinden sich aktuell in den Wechseljahren. „Viele dieser Frauen stehen mitten im Berufsleben, tragen Verantwortung in der Familie und sind gleichzeitig mit körperlichen Veränderungen konfrontiert, die sie oft nicht einordnen können. Die Wechseljahre sind keine Randnotiz, sondern eine prägende Lebensphase, die Aufmerksamkeit und Verständnis verdient“, betont Frauen-Landesrätin Christiane Teschl-Hofmeister. „Es ist höchste Zeit, Mythen abzubauen und Wissen aufzubauen. Frauen sollen spüren, dass sie mit diesen Erfahrungen nicht allein sind.“

Diese Zeit im Leben einer Frau wird kaum wahrgenommen und in der öffentlichen Diskussion nicht aufgegriffen. Hitzewallungen, Schlafstörungen, Stimmungsschwankungen oder Konzentrationsprobleme werden als „normal“ abgetan. Dabei sind dies nur einige der Symptome, die eine Frau in den Wechseljahren erfahren kann und die den Alltag massiv beeinflussen. Mit dem Start der vierteiligen Veranstaltungsreihe „Von Pause keine Rede!“ rückt das Land Niederösterreich die körperlichen und emotionalen Veränderungen der weiblichen Lebensmitte bewusst in den Fokus. „Wir möchten Frauen ermutigen, die Signale ihres Körpers bewusst wahrzunehmen und Unterstützung anzunehmen. Die Wechseljahre sind ein natürlicher Prozess, der Aufmerksamkeit verdient. In den zehn NÖ Frauen- und Mädchenberatungsstellen finden Frauen Raum, um Fragen zu stellen, Sorgen zu teilen und Wege zu mehr Wohlbefinden“, betont Elisabeth Cinatl, Sprecherin der NÖ-Frauen- und Mädchenberatungsstellen.

„Die Wechseljahre verlaufen bei jeder Frau anders. Umso wichtiger ist es, den Frauen zu zeigen, dass sie mit körperlichen und emotionalen Umbrüchen nicht allein sind. Eine vertrauensvolle Begleitung durch die eigene Gynäkologin oder den eigenen Gynäkologen kann enorm entlasten“, betont Hormonexpertin Eveline Diridl.

Presseinformation

Sonnentor-Geschäftsführerin Manuela Raidl-Zeller hebt hervor, dass offene Kommunikation, Workshops und Gesundheitsprogramme im Unternehmenskontext die Motivation und Bindung der Mitarbeiterinnen stärken. Durch diese Form der Unterstützung kann sich ein Unternehmen langfristig positiv positionieren.

Die Mischung aus Vortrag, Fachrunde und persönlichen Erfahrungsberichten vermittelte dem Publikum Information und Bestärkung. Für musikalische Akzente sorgte Sängerin Tini Kainrath, deren energiegeladene Performance das Programm zusätzlich auflockerte.

Organisiert wird die Veranstaltungsreihe von der Abteilung Familien und Generationen des Landes Niederösterreich in Kooperation mit „Welt der Frauen“ und der Katholischen Frauenbewegung Niederösterreichs. Die nächste Veranstaltung findet am 17. Juni in Zwettl statt.

Weitere Informationen: Büro LR Christiane Teschl-Hofmeister, Mag. (FH) Dieter Kraus, Pressesprecher, Telefon 02742/9005-12655, E-Mail: dieter.kraus@noel.gv.at.