

# Vortrag

## Zykluswissen mit Josianne Hosner von "Quittenduft"

Donnerstag, 5. März 2026

19.30 Uhr

Alchemilla Drogerie Schär

Josianne ist Zyklusmentorin, Menstruationskundige und Autorin. Seit zehn Jahren unterstützt sie Frauen dabei, sich selbst besser zu verstehen und ihr Leben mit Hilfe von Zykluswissen bloody brilliant zu gestalten. Ihr Buch „Back to the Roots – Zyklisch leben mit immenser Freude“ hat sich inzwischen über 15'000-mal verkauft. Genau wie in der Natur haben auch wir Frauen vier innere Jahreszeiten. Wir ticken nicht immer gleich und viele Stolperfallen des Alltags verlieren ihren Schrecken, wenn wir verstehen, warum unser Energielevel nicht immer gleich ist. Den inneren Frühling, Sommer, Herbst und Winter zu kennen, verbindet uns (wieder) mit uns selbst. Sodass wir unseren Launen nicht mehr hilflos ausgeliefert sind, sondern das Wissen um den Zyklus so einsetzen, dass unser Alltag leichter wird.



### Anmeldung

per Mail an [info@alchemilla-drogerie.ch](mailto:info@alchemilla-drogerie.ch)

per WhatsApp auf 034 431 15 55  
oder direkt in der Drogerie  
Eintritt Fr. 35.-

limitierte Platzzahl