

Menopause

Weise Frauen – Was Chefs von Oma lernen können

<https://youtu.be/PcJSss4BEdA>

Ernährung in den Wechseljahren

<https://youtu.be/IZN2RXk2xro>

Menopause und Sport

<https://youtu.be/abdh5H3OAUl>