

HAMMANI FARIDA

SAGE-FEMME

47 5 00209 3 0 1 20 1

NUTRITION-PSYCHOPHONIE

« MARHABA » 47200-MONTPOUILLAN

N° DE DECLARATION D'ACTIVITE DE FORMATRICE: 72 47 00784 47

EFFECTUEE AUPRES DE LA PREFECTURE DE LA REGION AQUITAINE

VIE ET SANTE DES FEMMES



Pré ménopause, Ménopause

***de 45 à 65 ans : comment se préparer à bien vivre la
« cinquième dimension » de la sexualité féminine ? ? ?***

***Ce séminaire s'adresse aux femmes et aux sages-femmes, soit pour elles
mêmes, soit pour leur permettre de mieux accompagner et conseiller les
femmes en consultation ou rééducation périnéale***

Coût pédagogique : 400 euros

***1^{er} jour : Anatomie/Physiologie du changement ou comprendre la ménopause
Les symptômes : Modifications du cycle, Bouffées de chaleur, Prise de poids,
le psychisme, etc....***

2^{ème} jour :

***-la peau, Yoga du visage, nutriments beauté de la peau, des cheveux, les
tissus***

***-la vue, Yoga des yeux, exercices d'évaluation, d'entraînement , remise de
documents permettant de travailler chez soi,***

- la mémoire, exercices,

-l'ostéoporose, le périnée, la sexualité

***3^{ème} jour : Alimentation adaptée pour éviter les carences, les surcharges, les
nutriments d'une bonne peau, d'une bonne vue etc...***

4^{ème} jour :

Que penser des hormones synthétiques ?

Homéopathie, Phytothérapie, Aromathérapie etc....

PLACES LIMITEES, IL EST CONSEILLE DE RESERVER RAPIDEMENT

☎ :05.53.93.73.88

@ : visafemmes@wanadoo.fr

www.visafemmes.org

HAMMANI FARIDA

SAGE-FEMME

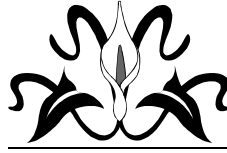
47 5 00209 3 0 1 20 1

NUTRITION-PSYCHOPHONIE

« MARHABA » 47200-MONTPOUILLAN

N° DE DECLARATION D'ACTIVITE DE FORMATRICE: 72 47 00784 47

EFFECTUEE AUPRES DE LA PREFECTURE DE LA REGION AQUITAINE



☎ :05.53.93.73.88

@ : visafemmes@wanadoo.fr

www.visafemmes.org