



Direzioni Territorio  
Brescia  
e Hinterland Est

Sistema Socio Sanitario



Regione  
Lombardia

ASST Spedali Civili

# Vivere serenamente la menopausa



Gli incontri nascono con l'idea di formare un gruppo di donne che vogliono condividere la loro esperienza, trovando consigli e supporto nel gruppo. Durante il percorso verranno offerte informazioni sugli aspetti psicologici, sulla fisiologia della menopausa, sull'alimentazione, l'attenzione al movimento (anche attraverso alcuni lavori corporei), fornendo suggerimenti su come affrontare al meglio il cambiamento.

**Gli incontri gratuiti si terranno presso :**

**Consultorio Distretto di Rezzato  
Via Fratelli Kennedy n°115  
Per Iscrizioni tel. al n° 030/2499833**

Martedì 12 Marzo 2019 dalle ore 16.00 alle ore 18.00

Martedì 19 Marzo 2019 dalle ore 16.00 alle ore 18.00

Martedì 26 Marzo 2019 dalle ore 16.00 alle ore 18.00

Martedì 2 Aprile 2019 dalle ore 16.00 alle ore 18.00

**Operatori: Ostetrica Marina Albertoni, Psicologa Dott.ssa Laura Roscioli, Ass. Sociale Bonetti Clara**