

INCONTRO DI BENESSERE E CONSAPEVOLEZZA

IL TEMPO DELLA MENOPAUSA

Fine o nuovo inizio?

Ascoltare il corpo. Ritrovare equilibrio.
Accogliere con fiducia una nuova stagione della vita.

SABATO 21 NOVEMBRE 2026

ore 10.00 - 12.00

€ 15,00

UNA NUOVA STAGIONE DEL FEMMINILE

Un incontro per comprendere i cambiamenti della menopausa
e viverli con più serenità, energia e consapevolezza.

● CORPO & EMOZIONI

Cambiamenti fisici, emotivi
ed energetici

● NUTRIRE IL BENESSERE

Alimentazione, fitoterapia
e floriterapia

● FORZA & EQUILIBRIO

Ascolto del corpo e
crescita personale

EO

EMANUELA OUNGRE

Biologa · Naturopata · Operatrice olistica · Counselor

PRENOTA IL TUO POSTO

Movimente Pilates Academy

Via Alessandro Manzoni 46 · 20089 Rozzano

366 541 0706

movimente.pilates.academy@gmail.com

POSTI LIMITATI

ABBIGLIAMENTO COMODO CONSIGLIATO