



**Luna**  
® 2002 **terapia**  
PREVENZIONE SECONDO NATURA

La menopausa è un **evento naturale nella vita di ogni donna**. In questo seminario si affrontano le problematiche che si verificano e i metodi per vivere questo momento in modo sereno. Come affrontare le vampate di calore, i cambiamenti ormonali, le variazioni d'umore, le emicranie, la depressione, l'ansia, il nervosismo, i disturbi del sonno e la perdita di concentrazione.

**La natura ci mette a disposizione dei rimedi** che aiutano ad affrontare questi disturbi. Come affrontare la secchezza vaginale e mantenere la vita sessuale, come evitare le infezioni e come mantenere una pelle luminosa e compatta. Gli esercizi fisici che mantengono in buona salute il corpo e il tessuto osseo. I tipi di alimenti che aiutano ad integrare le sostanze che nel tempo vengono a mancare.

LUNA E MENOPAUSA®



**Seminari**



**Durata:** 3 ore  
**Costo:** € 60

**STUDIO  
DOTTORESSA  
BOTTAZZI**

**Consulenza Benessere  
Tecniche BIONaturali**

Piazza Stradella, 1  
Ponte Taro (PR)  
Info: 351.8343244

[www.studiodottoressabottazzi.it](http://www.studiodottoressabottazzi.it)  
[Info@studiodottoressabottazzi.it](mailto:Info@studiodottoressabottazzi.it)

  Dottorssa Bottazzi