



## Atelier

# Kiffe ta ménopause

Jeudi 22 janvier 2026  
de 18h00 à 19h30



Tu as entre 40 et 65 ans, tes règles sont bizarres ?  
Ton cycle fait l'accordéon ? Tu as la sensation de devenir folle ...  
Et si c'était la péri-ménopause ? Ou la ménopause ?  
D'ailleurs, on s'y perd avec tous ces termes.

Viens à l'atelier apprendre à en repérer les signes et mettre en place la bonne hygiène pour vivre au mieux cette période de transition qu'est la ménopause.

Gratuit sur inscription au 02 54 80 85 80

La Gare des Collines du Perche  
3 allée de la gare  
41170 Mondoubleau