



Essere Donna

VERSO LA MENOPAUSA: CAMBIAMENTI E NUOVI EQUILIBRI



21 SETTEMBRE 2026

DALLE ORE 20 ALLE ORE 22

SALA CONFERENZE G. ARPINO
LARGO DELLA RESISTENZA, BRA (CN)

I PRINCIPALI CAMBIAMENTI
ORMONALI E METABOLICI

Patrizia Casetta - Ostetrica

ALIMENTAZIONE : IL CIBO COME
ALLEATO DEL BENESSERE

Elisa Allocco - Dietista

ATTIVITÀ FISICA: BENEFICI E
INDICAZIONI PRATICHE

Gianluca Toselli - Medico dello sport

ASPETTI EMOTIVI E PSICOLOGICI:
CONSAPEVOLEZZA, ADATTAMENTO E
QUALITÀ DI VITA

Monica Canavese - Psicologa

EVENTO GRATUITO ISCRIZIONE OBBLIGATORIA

Per iscriverti segui il link o inquadra il QR code

<https://forms.gle/Q4JHve1V3hNiko5XA>



Evento organizzato da S.C. SIAN e S.S.D. Epidemiologia, Promozione Salute e Coordinamento attività di Prevenzione
In collaborazione con SSD Medicina dello Sport, S.C. Psicologia e S.C. Ostetricia e Ginecologia



REGIONE
PIEMONTE



PREVENZIONE
PIEMONTE