

Ateliers MÉNOPAUSE

Redoutée, la ménopause est une étape normale de la vie des femmes, qui se manifeste différemment pour chacune d'elles. Elle s'accompagne parfois de symptômes qui peuvent impacter leur santé et leur qualité de vie.

L'équipe de ménopause du RHNE souhaite lever le tabou et propose aux femmes touchées par la ménopause, des ateliers d'informations et de soutien.

Les thèmes des ateliers sont :

- **Bouffées de chaleur : ça chauffe à la ménopause !**
Mercredi 7 février 2024
Salle 3113
- **Sexualité à la ménopause**
Mercredi 15 mai 2024
Salle 3112
- **Prise de poids et activité physique**
Mercredi 25 septembre 2024
Salle 3112
- **Bien vivre sa ménopause et thérapies alternatives**
Mercredi 27 novembre 2024
Salle 3112

Les ateliers auront lieu de 18h à 20h au RHNe site de Pourtalès rue de la Maladière 45 à Neuchâtel au 3ème étage du bâtiment principal.

Quel objectif ?

Soutenir et accompagner les femmes en les informant sur ce qu'elles vivent ou ce qu'elles vont vivre. C'est également l'occasion d'échanger par petits groupes en présence de professionnel-le-s de la santé (infirmières spécialisées, gynécologue, diététicienne, sexologue et physiothérapeute)

Inscriptions

Merci de vous inscrire à l'adresse e-mail ci-dessous ou par téléphone en indiquant le ou les ateliers que vous aimeriez suivre.

Secretariatdirectionsoins@rhne.ch ou 032 713 31 15