

Espace
santé
femmes 

rendez-vous



Corps en accord
La ménopause en toute liberté

L'Espace Santé Femmes* propose des ateliers-rencontres autour de la ménopause avec

Charline HIGELIN

Naturopathe, Thérapeute
en santé sexuelle & reproductive

Elle accompagne les femmes avec une approche sensible du corps, envisagé comme miroir de nos émotions, de notre histoire et de notre vitalité.

Un cycle de 4 ateliers-rencontres pour aborder un chapitre significatif dans la vie des femmes: la **péri-ménopause** et la **ménopause**.

La ménopause marque une transition importante dans la vie d'une femme.

C'est une période de **changements physiologiques** qui peut parfois bousculer, mais qui **offre aussi l'opportunité de mieux se connaître et de prendre soin de soi différemment**.

Cette transition est l'occasion de prendre du temps pour soi, de se reconnecter à son corps, d'apaiser ses émotions et de cultiver une autre forme de vitalité.

Ce cycle d'ateliers-rencontres propose un accompagnement concret et bienveillant autour de 4 grands axes :

1. Corps & intimité
2. Alimentation & micronutrition préventive
3. Foie, joie & vitalité
4. Fertilité subtile & projet de vie

UNE APPROCHE NATURELLE POUR SOUTENIR L'ÉQUILIBRE HORMONAL, L'ÉNERGIE ET LE BIEN-ÊTRE GLOBAL.

Dates

Jeudi 23 octobre 2025
Jeudi 06 novembre 2025
Jeudi 13 novembre 2025
Jeudi 27 novembre 2025

Horaire

18h30 - 20h30

Lieu

Réseau femmes* (7e étage)
Rue de Lyon 91
1203 Genève

Participation libre

Inscription & Info complètes
reseaufemmes.ch

