



# Infos~Santé

## Ménopause et alimentation

Ménopause : faut-il changer son alimentation ? La ménopause est une phase de changement important pour le corps. Est-il conseillé d'adapter son alimentation ? Pour quels bénéfices ? Les phytoestrogènes et les compléments alimentaires sont-ils indispensables ou recommandés

Information théorique animée par une diététienne.

### **Ménopause et alimentation**

Atelier théorique de 18h30 à 20h30, Fr. 20.-

A Payerne, mercredi 21 septembre 2011  
A Yverdon-les-Bains, mardi 27 mars 2012

Animatrice : Ophélie Golaz Gigandet

***Pour vous inscrire : [www.espace-prevention.ch/nord](http://www.espace-prevention.ch/nord)***



**Espace Prévention Nord Vaudois-Broye**  
Rue du Pré 2, 1400 Yverdon-les-Bains  
Tél. 024 424 94 20

**[www.espace-prevention.ch](http://www.espace-prevention.ch)**