

Corso

**BENESSERE DONNA IN MENOPAUSA:  
ALIMENTAZIONE E FITOPRATICA**

Disponibile subito online ON-DEMAND:  
Dove vuoi, quando vuoi 24h/24.

**PER INFO, QUOTE E ISCRIZIONI:**

**ISTITUTO RUDY LANZA**

Tel. 0121.954452 Fax. 0121.900005

[info@naturopatia.it](mailto:info@naturopatia.it)

✂  
Modulo di pre-iscrizione da inviare a: [info@naturopatia.it](mailto:info@naturopatia.it)

Cognome.....

Nome.....

Via.....CAP.....

Città.....Prov.....

Tel.....

E-mail.....

Cod.fisc./P.Iva.....

Chiede l'iscrizione al corso e-learning  
**BENESSERE DONNA IN MENOPAUSA:  
ALIMENTAZIONE E FITOPRATICA**

*Autorizzo ai sensi del Reg. UE 679/2016 il trattamento dei miei dati personali, utilizzati esclusivamente per l'invio di materiale dell'Istituto, preso atto dell'informativa riportata sul sito internet all'indirizzo [www.naturopatia.it/contatti](http://www.naturopatia.it/contatti)*

Data \_\_\_\_\_ Firma \_\_\_\_\_



L'Istituto Rudy Lanza fa parte del Registro Regionale degli Enti di Formazione in DBN - Discipline Bio Naturali della Regione Lombardia. Il Registro è istituito e curato dal Comitato Tecnico Scientifico delle Discipline Bio Naturali della Regione Lombardia (Legge R. 2/2005).



**ISTITUTO RUDY LANZA**  
Alta Formazione in Naturopatia Applicata

Via Fuhrmann, 74  
10062 LUSERNA S. GIOVANNI (TO)

Tel.: 0121.954452

Fax: 0121.900005

E-mail: [info@naturopatia.it](mailto:info@naturopatia.it)

[www.naturopatia.it](http://www.naturopatia.it)



**ISTITUTO RUDY LANZA**  
Alta Formazione in Naturopatia Applicata

Corso

**BENESSERE DONNA  
IN MENOPAUSA:  
ALIMENTAZIONE  
E FITOPRATICA**



[www.naturopatia.it](http://www.naturopatia.it)

# Corso BENESSERE DONNA IN MENOPAUSA: ALIMENTAZIONE E FITOPRATICA

## OBIETTIVI:

La Menopausa è un periodo di trasformazione generale per la donna: **saper accogliere e accompagnare questo cambiamento** è la chiave per abbracciare una nuova dimensione. La donna che scopre le possibilità della Sua creatività può recuperare un contatto profondo con la vita. Fra le vie del mondo naturale, ecco che **un'alimentazione mirata e le piante diventano parte integrante** di questo processo e sostengono le nuove esigenze diventando esse stesse un momento creativo. Saper scegliere gli alimenti giusti, le combinazioni e le piante adatte a sollevare e rendere fluido questo cambiamento è un gesto quotidiano di cura di sé. Durante il corso verranno spiegate **le proprietà sia fisiche che simbolico-energetiche** di questi doni della Terra e si forniranno protocolli di base semplici per sostenere a tutti i livelli questo passaggio.

## PROGRAMMA:

- Cenni sul meccanismo del "ricambio": inquadramento fisiologico della Menopausa e sue manifestazioni
- Individuazione delle aree di squilibrio
- Introduzione al tema della ciclicità dell'acqua e della fertilità
- Nutrizione funzionale alle tematiche della Menopausa:
  - \* sistema osteoarticolare
  - \* sistema circolatorio
  - \* sistema neurovegetativo
  - \* sistema connettivo e mucose
- Fitopratica della Menopausa: simbolismi e signature
- Protocolli fitopratici in Menopausa.



## DOCENTE:

**D.ssa Elena AMBROSIN**

Biologa nutrizionista e Naturopata, specializzata in Floriterapia, ha conseguito il Master in Nutraceutica A.I.O.T.) e in Nutrizione, Sport e Intolleranze alimentari (A.C.S.I.A.N.). Docente dei corsi *Fitopratica e tecniche complementari; Nutrizione ortomolecolare e alimentazione naturale; La logica della Nutriceutica; Gemmoderivati* presso l'Istituto Rudy Lanza.

**Al termine del corso verrà rilasciato  
L'ATTESTATO DI FREQUENZA**

*La frequenza al corso dà diritto a **20 crediti** per il conseguimento del **Master in Naturopatia**.*