

I MISTERI delle VAMPATE in menopausa

condotto dall'Ostetrica e Consulente Sessuale
Lussoglio Paola Maria



MARTEDI' 21 OTTOBRE 2025 dalle 20.30 alle 23
Zona piazza Benefica

Questa serata, la seconda di un ciclo di tre, è rivolta a donne che per età ci sono vicine oppure stanno vivendo le prime irregolarità mestruali o hanno lasciato l'ultimo mestruo da uno o due anni e che stanno vivendo l'esperienza delle vampate oppure la temono e vogliono saperne di più.

Sarà una chiacchierata per approfondire questo tema ripartendo da un breve riepilogo sulle fasi del passaggio menopausale per capire il senso di alcuni cambiamenti e di esperienze percettive così particolari come le *vampate*, chiamate anche *scalmane*, *caudane* e chissà in quanti altri modi.

Si parlerà di come le si possono vivere per tollerarle meglio, quali sono i possibili elementi che le favoriscono e quali sono le risorse per contenerle fino a che, nella maggior parte delle menopause, lasceranno libera la donna.

Parlarne, ascoltare le esperienze delle altre donne, raccogliere conoscenze, riderci su senza svalORIZZARE la portata del vissuto, capire cosa si può fare o non fare e a che tipo di figure mediche rivolgersi può essere di grande aiuto per rassicurarsi ed essere più consapevoli di quante risorse si possano avere a disposizione per entrare in menopausa e, soprattutto, per uscirne!

12 Novembre terza serata sulla **GENITALITA'** e la **SESSUALITÀ** in **MENOPAUSA**

Costo 30 euro Per informazioni e adesioni tel 3294087849
scrivere a paolaluss@gmail.com

Ostetrica e Consulente Sessuale, Lussoglio Paola è professionista libera dal 1996. Si occupa di riabilitazione del pavimento pelvico, di menopausa, della conduzione di gruppi sulla conoscenza del corpo per donne e per coppie di Madri e Figlie e di formazione delle Ostetriche Come Amorologa, conduce corsi di educazione alla sessualità nelle scuole elementari, medie e superiori e serate a tema per coppie di genitori e figli adolescenti sulla sessualità. Convinta che il sapere sia potere, crede in un'Ostetricia che sia politica e poetica.

www.paolalussoglio.it
Newsletter <https://lussoglio.substack.com/>
<https://www.facebook.com/ostetricapaolalussoglio/>
<https://www.instagram.com/paolamarialussoglio/?hl=it>

INCONTRI INDIVIDUALI IN STUDIO in Via Bagetti 20 a Torino per incontrare:

- le Donne per la rieducazione perineale (problemi di incontinenza e di prolapsi)
- le Donne che vogliono chiacchierare di menopausa
- le Ragazze con dolore mestruale
- le Donne che hanno difficoltà a fare l'amore
- le/i Ragazze/i per parlare dei primi amoreggiamenti