

# Périménopause

Vous vous sentez  
« *différente* » ces temps-ci?  
Des changements dans  
vos menstruations, votre  
sommeil, votre humeur,  
votre énergie ou votre  
concentration?

Vous pourriez être  
en périménopause.

Elle peut commencer plus tôt  
que prévu et les symptômes  
varient d'une personne à l'autre.

***Du soutien est disponible.  
Parlez-en à votre  
professionnel(le) de la santé.***

