

LA CICLICITA' DELLA DONNA

svelare il suo potere nascosto

C'è una straordinaria forza primordiale insita nel corpo di ogni donna. Ogni mese la matrice fisica, emotiva e psicologica cambia man mano che la donna attraversa l'ovulazione, il premenstruo e il mestruo. Tutto questo ha una sua logica spesso sconosciuta a molte donne.

Durante il seminario teorico-pratico verranno fornite informazioni e proposti esercizi per esplorare le forze profonde che risiedono nel corpo della donna.

Una donna in contatto con queste forze conosce meglio se stessa, sa quando e come indirizzare il suo agire nel mondo, riuscendo così a gestire meglio i suoi momenti più vulnerabili come il premenstruo e la difficile transizione della menopausa.



Valfabbrica 18-19 maggio 2013

Loc. Biscine (2 km ca. verso Casa Castalda a sinistra)

Questo seminario aiuta a:

- ❖ Riconoscere in se stesse i momenti di successione delle diverse fasi del ciclo mestruale
- ❖ Riconoscere il potere di generazione e rigenerazione di se stesse
- ❖ Usare il proprio tempo e la propria energia in modo che diano più frutti
- ❖ Gestire il critico interiore che giudica se stesse e gli altri
- ❖ Imparare a gestire e curare i vari disturbi femminili dal menarca alla menopausa (sindrome premenstruale, irritabilità, ansia, depressione, anemia, cisti ovariche, fibromi, endometriosi...)
- ❖ Mettere in atto strategie pratiche per vivere meglio



Seminario volto alla promozione della salute della donna, tenuto dalla dott.ssa Annarita Corradini, psicologa, insegnante di yoga e meditazione, conduttrice di gruppi di empowerment femminile (www.centroarmonico.it)

Quota di partecipazione: euro 75

Info. iscrizioni 075.802245/339.2742730

Per questo seminario l'AICCeF riconosce ai propri soci 40 crediti formativi professionali

