



SESSÃO CORPO FLORESCIMENTO

Permitir-se conhecer para florescer na sabedoria intuitiva feminina. Como uma árvore, que tem o momento de germinar, florescer, dar os seus frutos e recolher, uma mulher quando caminha em harmonia com os seus ciclos internos sabe, como na Natureza há um momento certo para cada fase e que todas estas fases precisam ser honradas.

Nesta sessão aprofundamos com **Ginecologia Natural: ciclo menstrual, fertilidade, auto-cuidado, tratamentos; Nutrição com Medicina Ayurveda; Rituais de acordo com as fases da Lua; Limpezas e práticas como ferramentas essenciais para manter a saúde e o equilíbrio; Herbalismo para apoiar a tratar diferentes desequilíbrios na saúde feminina.**

Aqui, o propósito é florescer em um feminino consciente, de uma mulher que sabe cuidar-se, cuidar as suas relações e caminhar em harmonia com os ciclos internos e os ciclos da Terra.

Após a sessão é entregue um plano de nutrição & ginecologia, livro de receitas, lista de alimentos que de acordo com o tipo de metabolismo.