

Terapia Menstrual



Organiza



SIENTEXPRESACTUA
ASOCIACIÓN PARA EL
BIENESTAR HOLÍSTICO

Acompaña



Bioenergética

¿Qué es la Terapia Menstrual Bioenergética?

Es un viaje a tu sabiduría interior que te reconciliará con tu femidadad, reconociendo tu ciclicidad y aportando luz al inconsciente que, desde la sombra, maneja todo lo relacionado con el hecho de "Ser Mujer" generando bloqueos, dificultades y disfunciones;
¡ Liberando a la Diosa que Eres!

AUTO



CONOCIMIENTO

CUIDADO

SANACIÓN

¿Qué consigues?

- *Dedicarte un tiempo para ti: mimarte, escucharte, atender tus necesidades.*
- *Conocer tu cuerpo y aprovecharte de los beneficios de practicar una gineconsciencia natural.*
- *Reconocer las energías que habitan en ti a través de la toma de conciencia de tu ciclo menstrual, para así, organizar tu día a día desde el respeto a tu naturaleza cíclica.*
- *Desbloquear la espasticidad de tu útero, liberándote así de disfunciones que lo bloquean, tales como dolor menstrual, síndrome premenstrual, disfunciones, bloqueos y dificultades sexuales, trastornos de la menopausia, dificultad para el embarazo,...*
- *Reconectar con tu sabiduría femenina para, desde ahí, abrazar las artes creativas que te han sido concedidas.*
- *Escuchar a tu cuerpo para realizar la conexión útero-emoción-mente que te conduzca a una toma de conciencia de tu verdadero Ser.*

¡Esta terapia es para Tí si te sientes identificada!

- A partir de 16 años
- Estás en edad menstrual o en menopausia
- Independientemente de si tienes o no tienes tus órganos femeninos
- Convives con dificultades menstruales
- Vives menopausias con síntomas desagradables
- Tienes dificultades en la maternidad
- Sufres bloqueos, disfunciones y/o dificultades sexuales
- Quieres profundizar en tu ciclicidad y abrazar los dones que de ella derivan
- Buscas empoderarte y tomar conciencia de tu feminidad

¿Cómo trabajaremos?

Si resuenas con la idea de profundizar en ti misma para liberar tu feminidad, comenzaremos con una sesión gratuita en la que nos conoceremos y pondremos sobre la mesa todo aquello que te preocupa. Se trata de generar la confianza necesaria para que sólo tengas que preocuparte de ti misma.

Pautaremos la mejor forma de trabajo que se adapte a tus necesidades, pudiendo realizar las sesiones semanales o quincenales.

En cada sesión trabajaremos distintos niveles de conciencia para crear el mapa de tu feminidad y poder llegar al origen de tus dificultades.

A nivel físico, lo haremos a través de ejercicios, masajes, fitoterapia, gemoterapia.

Reconoceremos las huellas que tus emociones no liberadas han ido dejando en tu cuerpo.

Daremos luz a la sombra alojada en el inconsciente y que maneja los hilos de tu vida pasando totalmente desapercibida.

Sanaremos la relación con la madre, con el linaje ancestral y con la Madre Tierra.

Emplearemos herramientas como visualizaciones, meditaciones, terapia creativa, coaching sistémico,...

Por supuesto, será totalmente necesario que te implique 100%, ya que ¡el trabajo es cosa tuya; yo sólo te acompaño en el recorrido!

¿Quién lo acompaña?

Mi nombre es Cristina Vallejo Tejedor, y desde hace años trabajo todo lo relacionado con el hecho de Ser Mujer a distintos niveles.

Soy educadora sexual, doula, acompañante en procesos emocionales, sex coach, coach de pareja, terapeuta menstrual. Pero sobre todo, soy igual que tu: una mujer que vive su proceso de búsqueda día a día; y desde ahí, estoy dispuesta a escucharte, acompañarte y ayudarte a profundizar en ti misma, a enfrentarte a las heridas que han ido marcando tu camino, para que las sanes y liberes así tu feminidad.

Puedes saber más de mí en www.sexvolucionando.com
Colaboro con la Asociación SientExpresActúa, y será en sus instalaciones donde realizaremos las sesiones.

¿Qué duración y coste tiene?

Las sesiones tienen una duración aproximada de 90 min. con un coste de 50 euros.

Puedes beneficiarte del bono en el que consigues 5 sesiones por 210 euros.

El número de sesiones que necesites dependerá de ti y de los objetivos que te marques

¿Dónde lo realizaremos?

La idea de esta terapia surge desde la Asociación SientExpresActua, y es en sus instalaciones donde lo llevaremos a cabo: Camino Viejo de Simancas nº12 ofi. 4
Bus 1,5,15,25, aparcamiento fácil sin O.R.A.

Más info: 618215329 Hfn y whtsp