

12 e 13 Marzo 2016

Incontro Esperienziale

Aurisina - Trieste

con

Leonarda Majaron Docente Craniosacrale
in compartecipazione alle Ostetriche
Annarita Campedel ed Alessia Sdrigotti

Abbi cura del tuo apparato *Ri-produttivo*

*<L'importanza e l'essenzialità del suo ruolo per trasformare
la tua vita in uno stile di benessere>*

Info e prenotazioni: tel. 347 6910549 • 338 3623744 – info@bcstrieste.it

Il corso è dedicato a chi desidera:

- **conoscere** il linguaggio del corpo
- **vivere** al meglio gravidanza e parto
- **velocizzare** il recupero nel puerperio
- **accogliere serenamente** la menopausa
- **prevenire** i prolassi
- **rinforzare il perineo** e migliorare le funzioni correlate

Dalla pubertà alla menopausa il Perineo

è il protagonista nella vita della donna

Il perineo è un insieme di muscoli e legamenti che sostengono tutti gli organi addominali, utero, vescica, retto, ha il compito di regolare la chiusura degli sfinteri e partecipa, insieme al muscolo diaframma, alla respirazione.

Per motivi organizzativi è gradita la prenotazione 347 6910549 – 338 3623744