



L'ERBORISTA DI VIA RAVIZZA  
PRENDITI CURA DI TE

## Consulenze di Naturopatia all'Erborista di Via Ravizza

### Prenditi Cura di Te con la Naturopatia

Per raggiungere il massimo benessere, è fondamentale conoscersi a fondo e comprendere la propria **costituzione di base**, identificando punti di forza e aree di debolezza. La **Naturopatia** è un insieme di discipline olistiche volte a fornire una visione completa del contesto in cui si manifestano i sintomi, aiutando a individuare le **cause profonde degli squilibri**.

Il nostro obiettivo è offrirti:

- **Consigli mirati su integratori naturali** adatti alle tue esigenze;
- **Suggerimenti personalizzati** su modifiche dello stile di vita per promuovere il benessere;
- **Strategie naturali** per migliorare la tua salute in modo sostenibile e duraturo.

### Perché scegliere la Naturopatia in Erboristeria?

- **Approccio olistico:** non ci concentriamo solo sul sintomo, ma sull'intera persona;
- **Consulenze personalizzate:** ogni percorso è unico, costruito sulle tue reali necessità;
- **Esperienza e professionalità:** la nostra Naturopata è qualificata e aggiornata sulle ultime ricerche in ambito di **rimedi naturali**.

## In cosa consiste la consulenza di Naturopatia

Durante la prima consulenza, della durata di circa 1 ora e un quarto, la nostra **Naturopata** ti guiderà in un percorso di ascolto e analisi personalizzata.

L'incontro prevede:

1. **Colloquio Approfondito:** Esamineremo la tua storia personale e familiare, lo stile di vita, l'alimentazione e i fattori emotivi che possono influenzare la salute.
2. **Valutazione Costituzionale:** Analizzeremo la tua costituzione fisica ed energetica per identificare i punti di forza e le aree da riequilibrare.
3. **Individuazione degli Squilibri:** Attraverso l'osservazione di segni fisici e sintomi, identificheremo le possibili cause di disagio.
4. **Piano di Benessere Personalizzato:** Elaboreremo un programma su misura che può includere consigli su integratori erboristici, tecniche di rilassamento, suggerimenti alimentari e pratiche per migliorare il benessere psicofisico.

Sono previsti dei controlli mensili o bimensili della durata di 45 minuti per accompagnarti per mano nel tuo viaggio di riequilibrio. Costanza e autoconsapevolezza sono infatti ingredienti importanti per il raggiungimento dei tuoi obiettivi di benessere.

## Chi è la nostra Naturopata

**Christine Michel è Naturopata, diplomata a pieni voti** presso la Scuola Italiana di Medicina Olistica (SIMO) di Milano, con una specializzazione in Fitocomplementi. La sua passione per le piante la porta ad un **costante aggiornamento attraverso corsi di formazione internazionali** dedicati a tematiche olistiche ed erboristiche.

Con un approccio basato sull'**ascolto empatico** e un profondo amore per la cura del singolo come parte di un Tutto, accompagna le persone in un percorso di

benessere, utilizzando le molteplici risorse della Natura per ristabilire equilibrio e armonia. I suoi **strumenti principali** sono: Fitoterapia, Floriterapia, Spagiria, Psicosomatica, Aromaterapia, Oligoelementi e Alimentazione energetica secondo la Medicina Tradizionale Cinese.

Dopo un periodo di tirocinio in Italia e Spagna, ha maturato vari anni di esperienza in erboristeria e in consulenze individuali di Naturopatia e Floriterapia (per umani e animali) sia in presenza che online.

Ha conseguito il diploma di formazione base in Costellazioni familiari ed evolutive presso Accademia Ajna di Milano, integrando la sua pratica naturopatica con elementi di genealogia sistemica.

Ha organizzato workshops e retreats di erboristeria in Egitto, si occupa di scrittura di articoli per riviste di salute olistica e svolge ricerca etnobotanica in ambito fitoterapico, con un interesse particolare per le piante medicinali del deserto.