



Emmena

Percorso per il supporto alla salute mestruale della donna fino alla menopausa

VIDEOREGISTRAZIONE (durata 5 ore)

Emmena e la Salute Mestruale

OBIETTIVI: conoscere in modo dettagliato e approfondito le fasi fisiologiche del ciclo mestruale e del ciclo ovarico e uterino per saper individuare eventuali disfunzioni e inquadrarle nella maniera corretta.

Programma

- Fasi del ciclo mestruale
- Caratteristiche principali della mestruazione fisiologica
- Ciclo ovarico e uterino e le loro caratteristiche (ormoni, muco)
- Correlazione tra salute microbiotica e mestruale
- Temperature basali
- Salute mestruale in MTC
- Strategie di supporto e armonizzazione (autotrattamenti in MTC, piante, gemmoterapia, floriterapia).

Workshop condotto da **Giulia Dari**, ostetrica, e **Carla Damen**, naturopata ed erborista.

VIDEOREGISTRAZIONE (durata 5 ore)

Emmena e la PCOS

OBIETTIVI: permettere ai professionisti che si occupano di salute di comprendere la causa e le conseguenze della PCOS e come supportarla di fianco al medico.

Programma

- PCOS: definizione e tipi
- Insulino resistenza e altre alterazioni associate
- Sintomi principali
- Tecniche di supporto alimentari e probiotiche
- Psicosomatica della PCOS
- Rimedi erboristici e floriterapici di supporto
- Trattamenti di supporto

Workshop condotto da **Sonia Levantino**, ostetrica, e **Carla Damen**, naturopata ed erborista.

VIDEOREGISTRAZIONE (durata 5 ore)

Emmena e l'Endometriosi

OBIETTIVI: permettere ai professionisti che si occupano di salute di comprendere la causa e le conseguenze dell'endometriosi e come supportarla di fianco al medico.

Programma

- Endometriosi: definizione e classificazione
- Sintomi principali
- Ipotesi di eziologia
- Individuare i potenziali segni per inviare allo specialista
- Tecniche di supporto alimentari e probiotiche
- Psicosomatica della endometriosi
- Rimedi erboristici e floriterapici di supporto
- Trattamenti di supporto

Workshop condotto da **Giulia Dari**, ostetrica, e **Carla Damen**, naturopata ed erborista.

VIDEOREGISTRAZIONE (durata 5 ore)

Emmena e il Concepimento

OBIETTIVI: permettere ai professionisti che si occupano di salute di comprendere la fisiologia del concepimento e come favorirlo

Programma

- Ovuli, spermatozoi e concepimento
- Fase fertile
- Le temperature basali in funzione del concepimento
- Vaginitipi e concepimento
- Tecniche di supporto alimentari e probiotiche
- Simbologia della fertilità
- Fertilità e MTC
- Rimedi erboristici e floriterapici di supporto
- Trattamenti di supporto

Workshop condotto da **Sonia Levantino**, ostetrica, e **Carla Damen**, naturopata ed erborista.

VIDEOREGISTRAZIONE (durata 5 ore)

Emmena e la Menopausa

OBIETTIVI: permettere ai professionisti che si occupano di salute di comprendere la fisiologia della menopausa e di saper supportare la donna in questo passaggio.

Programma

- Perimenopausa e Menopausa
- Sintomi principali e quanto impattano sulla qualità di vita
- Ipotesi di eziologia
- Individuare i potenziali segni per inviare allo specialista- Tecniche di supporto alimentari e probiotiche
- Dispareunia, trattamenti e terapie di supporto
- Simbologia della menopausa
- Menopausa e MTC
- Rimedi erboristici e floriterapici di supporto
- Trattamenti olistici di supporto

Workshop condotto da **Natascia Belli**, ostetrica, e **Carla Damen**, naturopata ed erborista.

Per ogni modulo è incluso videoregistrazioni + dispense.

Docenti:

Natascia Belli, Ostetrica libera professionista, esperta in riabilitazione del pavimento pelvico e della salute femminile. Istruttrice e formatrice del CONI in acquaticità neonatale e in gravidanza.

Giulia Dari, Ostetrica libera professionista, esperta in riabilitazione del pavimento pelvico e della salute femminile. Docente di numerosi corsi di formazione e di aggiornamento sul microbiota e l'integrazione probiotica. Formatore di acquaticità neonatale riconosciuta CONI; esperta di psicosomatica; certificata Thetahealing® basicDNA e AVANZATO; certificata I° livello floriterapia con Scuola Bach Centre.

Sonia Levantino, Ostetrica libera professionista, esperta in riabilitazione del pavimento pelvico e della salute femminile. Armonizzatrice delle cicatrici secondo metodo Kanner, sex expert, menstrual cup counselor, specializzata in Medicina Tradizionale Cinese. Consulente ClauWi di I livello.

Carla Damen, naturopata ed erborista, accompagna e sostiene la donna durante ogni fase della sua vita (ciclo mestruale, gravidanza, post parto, menopausa, ecc.). Tra i suoi strumenti di supporto per ritrovare l'armonia e il benessere ci sono

l'Erboristeria, la Kinesiologia Applicata, la Riflessologia plantare, la Floriterapia, la Medicina Tradizionale Cinese, l'Aromaterapia, la Psicosomatica e il ThetaHealing. Appassionata di tematiche del Femminile e della riscoperta della sacralità della Donna, guida Cerchi di Donne. Tesoriera dell'Associazione Primo Respiro.

PER I WORKSHOP NON SONO PREVISTI ECM

COSTI DEI WORKSHOP:

€100 per singolo workshop

€450 per i 5 workshop (acquisto in un'unica soluzione)

+ € 10 di tesseramento con Associazione Primo Respiro (se sprovviste).

LE REGISTRAZIONI SARANNO ATTIVE FINO DICEMBRE 2026.

Modalità di iscrizione: inviare una mail a formazione@primorespiro.it, specificando in oggetto EMMENA + TITOLO DEL WORKSHOP SCELTO.

Verranno inviati il modulo di adesione e se sprovvisti il modulo per il tesseramento associativo. Alla ricezione dei moduli compilati e firmati e della ricevuta di pagamento verrà inviato il link per la partecipazione al workshop online oppure alla registrazione.

Fattura: per chi ne avesse necessità l'Associazione PRIMO RESPIRO emetterà fattura invece che ricevuta fiscale. La fattura deve essere richiesta al momento dell'iscrizione, indicando nella comunicazione i propri dati fiscali (Nome e Cognome, Indirizzo, CF e PI) e il versamento della quota di partecipazione si deve intendere maggiorata del 22%.

Per qualsiasi altra informazione contattare formazione@primorespiro.it