

Percorso di sostegno alla fertilità

con Cecilia Gautier, www.lamandorla.eu

Tappa n°1: 3 mesi

- Anamnesi e valutazione della situazione
- Impostazione degli obiettivi condivisi e del percorso personalizzato
- Inizio del sostegno, in studio e a casa

Frequenza degli appuntamenti:

- Ogni 1 o 2 settimane, per un sostegno più profondo
- Ogni mese, per un sostegno più dilatato

Tappa n°2: 3 mesi

- Resoconto sulla valutazione di 3 mesi effettuata
- Ri-valutazione e proseguimento del sostegno mirato
- Invio eventuale per un sostegno in rete con altri professionisti

Frequenza degli appuntamenti:

- Ogni 2 o 4 settimane in base alla valutazione fatta

Tappa n°3: 1 anno

- Proseguimento del percorso con una prevalenza del sostegno a casa e eventualmente con altri professionisti
- Appuntamenti regolari per valutare l'andamento del ciclo e approfondire ulteriormente il sostegno

Frequenza degli appuntamenti:

- Ogni 1 o 2 mesi a seconda del percorso

Tappa n°4: 2 mesi

- In caso di gravidanza: sostegno nel primo trimestre per prevenzione degli aborti spontanei
- In assenza di gravidanza: chiusura del percorso e valutazione di eventuali strade ulteriori

Frequenza degli appuntamenti:

- Variabile a seconda della situazione

Strumenti utilizzabili nel percorso:

- Studio della cartella clinica e dei termini medici
- Osservazione del ciclo mestruale con il metodo sintotermico
- Sostegno maschile, femminile e di coppia
- Auto-massaggio e trattamenti maya
- Sostegno della fisiologia seconda natura
- Alimentazione
- Integratori e erbe officinali
- Riduzione dei perturbatori endocrini
- Consapevolezza del pavimento pelvico
- Vapori vaginali
- Aromaterapia con gli olii essenziali e idrolato-terapia
- Visualizzazioni e riequilibrio energetico
- Approccio somatico e/o creativo
- Introspezione
- Respirazioni
- Rilascio delle zavorre e potenziamento delle risorse
- Approfondimento spirituale