

## LA MIA STORIA FINO A QUI

Mi avvicinai per la prima volta alle medicine naturali nel 2001, grazie ad un percorso naturopatico che mi aiutò a portare chiarezza in un momento difficile della mia fase adolescenziale. Da qui iniziai a studiare, prima come autodidatta, poi attraverso corsi e formazioni specifiche, il mondo delle Piante: a riconoscerle e trasformarle dando vita, nel 2006, all'**Erboristeria itinerante "La Banda della Calendula"**, grazie alla quale viaggiai in Italia e in Europa in compagnia dei rimedi per Anima e Corpo, partecipando a fiere e festival e proponendo laboratori erboristici per grandi e piccini, tra scuole, associazioni ed ecovillaggi.

Parallelamente al percorso universitario in mediazione interculturale, mi avvicinai alle tecniche del **massaggio Classico e Ayurvedico** e allo stile **Reiki di Mikao Usui**, contemporaneamente lavoravo come educatrice sociale e insegnante di italiano per stranieri, professioni che dalla giovane età mi accompagnano tutt'ora.

Nel 2010 incontrai il mondo della Permacultura, prima in America Latina per poi riscoprirlo in Italia, approfondendo alcuni dei suoi molteplici settori. Continuai a viaggiare: Europa, Medio Oriente, Asia, Nord Africa, America Latina, per inarrestabile vocazione e in cerca di approfondire gli **studi etnoantropologici** sulle culture native, le loro religioni e **medicine popolari**. In ognuno di questi luoghi incontrai Maestre e Maestri che mi permisero di approfondire la medicina sciamanica nativa, le sue Piante Maestre, tecniche di meditazione e digiuno.

Nel 2013 mi diplomai come **Naturopata** e nel 2017 come **Operatrice Shiatsu e Tuina**, entrambe **formazioni triennali** che scelsi per dedicarmi seriamente agli studi nel campo della cura e dell'autoguarigione. Nello stesso anno feci il primo dei ritiri **Vipassana**, i quali mi permisero di far esperienza a livello corporeo di tutto ciò che avevo studiato e indagato negli anni precedenti, diventando un'ancora di pace e comprensione preziosissima per il mio divenire.

Nel 2014 incontrai la *Red School* con i suoi percorsi di **mestrualità consapevole** che mi permisero di esplorare i poteri della ciclicità femminile.

Nel 2016 fondai, insieme a mio marito, la nostra associazione "Alma Calende APS", per la diffusione di tecniche e saperi per la cura della Terra, dell'Anima e del Corpo: dalle medicine tradizionali, all'arte della nutrizione e autogestione della salute.

Fu la meditazione ad avvicinarmi alla disciplina dello Yoga che, grazie ad un allenamento costante, mi regalò i suoi benefici psichici e fisici, finché, nel 2018, mi diplomai come **Istruttrice Yoga** nel nord dell'India. Tornata in Italia iniziai a proporre classi integrando lo stile **Vinyasa** con lo **stretching dei meridiani energetici**.

Negli anni seguenti ho frequentato specializzazioni di **Medicina Tradizionale Spagyrica, Yoga ormonale e Massaggio Infantile**, insieme a costanti aggiornamenti nel campo dell'**Arte Erboristica** e a percorsi di lavoro personale che porto avanti tutt'ora.

Da sempre appassionata e ricercatrice dell'**arte oracolare e divinatoria** in tutte le sue forme, sono inoltre diplomata come **Lettrice di Registri Akashici e Canalizzatrice**, grazie al riconoscimento di doni con cui sono entrata in contatto fin dalla giovane età e ad un percorso di tutoring che mi ha permesso di acquisire la capacità di discernimento e rendere sicura e rigorosa la lettura.

Collaboro con l'*Accademia di Naturopatia Spagyrica di Firenze* in qualità di **docente di nutrizione, tecniche di allineamento energetico e lavoro corporeo**.

Il mio ruolo di naturopata si rivolge anche ai più piccoli, che da sempre sono stati fonte di stimolo, interesse e ricerca, intensificandosi profondamente durante l'esperienza della gravidanza e della maternità.

Se dovessi dare una definizione del mio servizio, direi che mi occupo di **Medicina Sacra**, che posa le sue solide basi sulla tradizione del Sentiero della **Scienza dello Spirito** di matrice teosofica, antroposofica e dell'Agni Yoga, includendo le numerose esperienze di lavoro nel campo dello **sciamanesimo sacro femminile** vissute perlopiù in Italia, Bolivia, Brasile e Perù.