

## "l'agenda au féminin" lunedì - yoga - ayurveda 2020

*Un agenda féminin, conçu et réalisé par une femme pour les femmes...*

*Aucun ne me convenait vraiment, alors j'ai décidé d'en créer un à mon image...*

*Cet ouvrage est adaptable, il vous montre plusieurs possibilités d'utilisations, plusieurs directions et vous propose différents itinéraires : par le Yoga, l'Ayurvêda (médecine ancestrale indienne), les Cycles Féminins et les Lunes.*

*Prenez ce qui vous plaît et ne vous occupez pas du reste. Soyez à la fois inventive, ouverte, curieuse, critique... Laissez-vous guider par votre intuition, vos ressentis...*

*Au fil des jours, des mois, prenez des notes (RDV, émotions, météo intérieure et peut-être extérieure, menstrues...).*

*A la fin de cet agenda vous trouverez des fiches transparentes pouvant être superposées et comparées, avec la page orange de chaque mois.*

*Amusez-vous, découvrez, intégrez vos cycles à ceux de la Nature ...*

*En tant que femme, j'ai découvert bien trop tard que mes cycles correspondaient avec ceux de "Dame Nature" !!! Mais, j'ai le souhait que chacune d'entre vous puisse à son tour voir sa concordance, accepte ce don, le révèle... et trouve l'épanouissement, le bien-être, l'attention que vous méritez...*

*Soyez-en sûre, vous êtes une femme formidable !!*

*इयुवित् ग्रैलदरैत्, २०१९*

*PROMO 22*

*Mis en valeur par sa couleur orange vif, couleur de la féminité et agrémenté par la belle illustration de Stéphane Bourdet.*

*Mensuellement, une page orange s'ouvre avec un cercle du cycle des lunes, suivi d'un texte en rapport avec le mois, la saison ... "Dame Nature".*

*Les semaines sont réparties sur 4 pages, accompagnées d'une posture de Yoga, d'un conseil ayurvédique, d'une réflexion sur le cycle féminin...*

*Imprimé par mes soins, à côté de chez moi, il est de format A5 (17cm X 21cm), sur papier recyclé à 100% : "Ecolabel", Green Energy", "FSC". Ces labels environnementaux garantissent que le bois utilisé pour la fabrication de la pâte à papier provient de forêts ou de plantations gérées de manière responsable et durable.*

*Vous pouvez le commander dès maintenant, en indiquant vos noms et adresse mail sur <mailto:agendafeminin.lunesyogayurveda@gmail.com>*

*Pré-commande au prix de : 18€ <http://paypal.me/agendafeminin>*

*+*

*La réception se fera en septembre 2019, au point relais le plus proche de chez vous, "Mondial Relay" : 6€ <http://paypal.me/agendafeminin>*