



*שיטת 12 השערים לאיזון הורמונלי
אנרגטית, בריאה, נשית וקורנת ככל שאת*

'כך תאזני את ההורמונים ותחוללי קסמים לפני גיל 35'

תהל עלמה בארי- עובדת סוציאלית קלינית- מומחית לטיפול רגשי-גופני ויועצת בריאות הוליסטית בכירה ובעלת ניסיון של 19 שנה בארץ ובחו"ל. מייסדת את שיטת "12 השערים לאיזון הורמונלי הוליסטי" המחוללת מהפך גופני, רגשי ותודעתי לנשים הרוצות להתאזן מחדש ולהיות אנרגטיות, חיוניות, נשיות וקורנות בדרך טבעית. תהל עלמה הבריאה מ 47% נכות רפואית ומסרטן השד והשתקמה לחלוטין מהפרעות אכילה.

איך לעבוד נכון עם עצמך ועם גופך כדי לאזן את ההורמונים לפני גיל 35

הרצאה מרתקת המשלבת ידע עתיק עם מדע עכשווי ועבודה עם מאות לקוחות בה תביני לעומק

- מדוע את ואלפי נשים בעולם המערבי סובלות מחוסר איזון הורמונלי מיותר
- כיצד הורמונים משפיעים על כל המישורים בחיך מבחינה פיזית, אנרגטית, רגשית ורוחנית

תהל עלמה מעניקה לנשים בנות 25-65 כלים פיזיים, רגשיים ורוחניים לניהול תזונה ואורח חיים בריא, ירידה במשקל, איזון הורמונים ומערכת העיכול, חיבור לנשיות, חידוש מעיין הנעורים, והתמודדות בריאה עם אכילה רגשית בכל גיל. היא משלבת עבודה רגשית עם יעוץ בריאות ותזונה ועוזרת ללקוחותיה להשיג תוצאות עמוקות לטווח ארוך.

הרצאתה של, תהל עלמה בארי הועברה בפני מאות נשים בפסטיבלים, חוגי בית, סדנאות להעצמה נשית ובאינטרנט ועונה על השאלה איך לאזן את ההורמונים שלך ולעצור את המגיפה של חוסר איזון הורמונלי שהפך למגיפה בקנה מידה עולמית

תהל עלמה מציגה בפשטות, בהומור ובגובה העיניים:

- איך את יכולה לאזן את ההורמונים שקובעים מה וכמה את אוכלת, מה רמת האנרגיה שלך, מצב מערכת העיכול שלך, התשוקה המינית שלך, רמת החיוניות, המיניות, הפוריות ומצב הרוח שלך לפני גיל 35-40
- סוגי טיפול הורמונלי שונים-יתרונות וחסרונות

תהל עלמה סוחפת ומעצימה נשים בצניעות, אנושיות ובהומור יוצאי דופן. יש לה כישרון נדיר לשלב ידע מן המערב לצד תובנות וחכמת המזרח, להציג מגוון נושאים בדרך מרתקת. לילי פ. אחות ראשית קופ"ח כללית

"את יוצרת רוגע, אינטימיות ואוטנטיות נשית מופלאה והעברת הרבה ידע בצורה רהוטה, מרתקת, מרגיעה ובגובה העיניים. הסיפור המרתק והאנושי שלך מעורר השראה, מחזק ומעצים. הרצאה בין תחומית מאלפת שדחפה אותי להתעורר באמת! מדהים, מעשי ומפתיע!" מזל ג. -עובדת בעיריית ת"א