



## PROGRAMMA DI BENESSERE INTEGRATO CASA-CORPO

### MIRATO AI **DISTURBI DEL SONNO**

PER MIGLIORARE LA QUALITÀ DEL TUO RIPOSO

1. **RIFLESSOLOGIA AURICOLARE** mirata alla regolazione del sonno grazie alla stimolazione di precisi punti nel padiglione auricolare con l'applicazione di cerottini di semi di vaccaria o sfere magnetiche.
2. **Sedute di MINDFUL SLEEPING** per ritrovare consapevolezza e favorire il distacco, il rilassamento e l'abbandono al sonno
3. **Consulenza FENG SHUI PER LA CAMERA DA LETTO** per correggere lo spazio dedicato al riposo, togliere le disarmonie spaziali e rendere la stanza un vero nido rigenerante!
4. **Consulenza AROMATERAPICA** mirata a favorire il rilassamento mentale, fisico ed emozionale con gli oli essenziali doTERRA, gli unici ad avere la Certificazione di Puro Grado Testato CPTG.
5. **Semplici e pratiche NUOVE ABITUDINI** naturali da inserire nella tua routine quotidiana, per uno stile di vita sano e sereno.



**Silvia Ruffilli**

**Consulente di Feng Shui e Architettura del Benessere**

**Consulente di Decluttering e Organizzazione - Trattamenti Olistici e Consulente O.E. DoTerra**

Galleria A. Moro 2 - Forlimpopoli (FC) - P.I. 04362600407 - Tel. 339-2418523

[www.silviaruffilli.com](http://www.silviaruffilli.com) - [silviaruffilli@gmail.com](mailto:silviaruffilli@gmail.com) - [www.archibenessere.it](http://www.archibenessere.it)

**Professionista disciplinato ai sensi della L. 4/13**



## PROGRAMMA DI BENESSERE INTEGRATO CASA-CORPO

### MIRATO AI **DISTURBI DEL SONNO**

PER MIGLIORARE LA QUALITÀ DEL TUO RIPOSO

1. **RIFLESSOLOGIA AURICOLARE** mirata alla regolazione del sonno grazie alla stimolazione di precisi punti nel padiglione auricolare con l'applicazione di cerottini di semi di vaccaria o sfere magnetiche.
2. **Sedute di MINDFUL SLEEPING** per ritrovare consapevolezza e favorire il distacco, il rilassamento e l'abbandono al sonno
3. **Consulenza FENG SHUI PER LA CAMERA DA LETTO** per correggere lo spazio dedicato al riposo, togliere le disarmonie spaziali e rendere la stanza un vero nido rigenerante!
4. **Consulenza AROMATERAPICA** mirata a favorire il rilassamento mentale, fisico ed emozionale con gli oli essenziali doTERRA, gli unici ad avere la Certificazione di Puro Grado Testato CPTG.
5. **Semplici e pratiche NUOVE ABITUDINI** naturali da inserire nella tua routine quotidiana, per uno stile di vita sano e sereno.



**Silvia Ruffilli**

**Consulente di Feng Shui e Architettura del Benessere**

**Consulente di Decluttering e Organizzazione - Trattamenti Olistici e Consulente O.E. DoTerra**

Galleria A. Moro 2 - Forlimpopoli (FC) - P.I. 04362600407 - Tel. 339-2418523

[www.silviaruffilli.com](http://www.silviaruffilli.com) - [silviaruffilli@gmail.com](mailto:silviaruffilli@gmail.com) - [www.archibenessere.it](http://www.archibenessere.it)

**Professionista disciplinato ai sensi della L. 4/13**