

de mocinha à mulher:

o acompanhamento
da menarca e
a orientação
dos primeiros
ciclos



Alline
Branco

Até que a mocinha se torne mulher, ela vive uma travessia lenta que merece ser acompanhada e orientada com clareza e amorosidade.



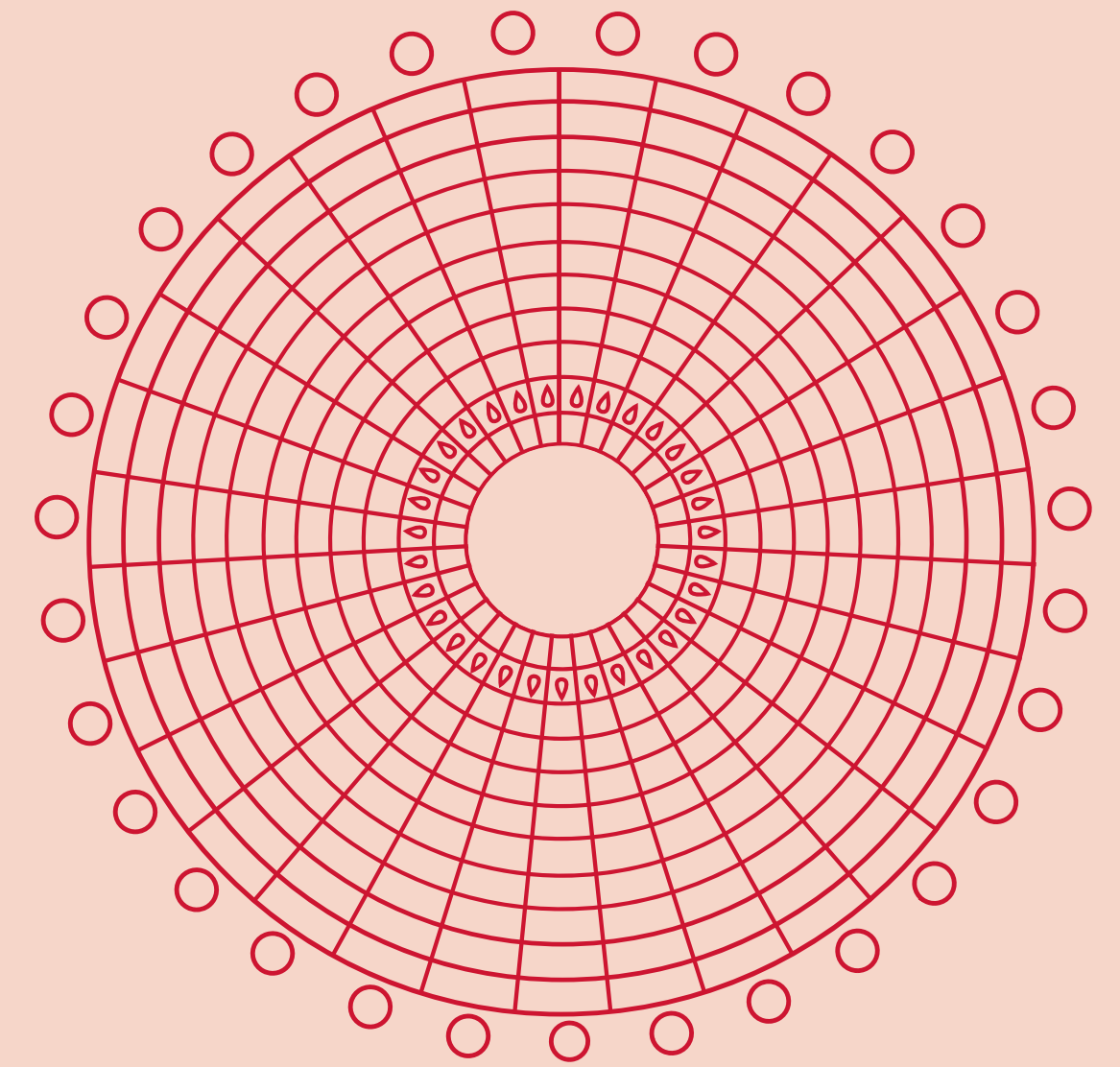
Muito além do pacote de absorventes e da promessa de desconfortos físicos mensais, a menina que recebe a menarca (primeira menstruação) precisa conhecer as riquezas da própria natureza cíclica.



Assim aprenderá a confiar no seu corpo, lidar com as oscilações emocionais, com a curiosidade sexual até que possa de fato vivenciar a mocidade com capacidade de formular seus propósitos com clareza.



Auxilio as meninas a se conectarem com cada fase do ciclo menstrual através do mergulho carinhoso em si com o auxilio de práticas de autocuidado, lunário, ervas, arte, meditação e informação.





Apresento-lhes diversas possibilidades de desfrutar as forças do seu feminino, respeitando e identificando os limites e as capacidades individuais de cada uma.



Alline Blanco,
mãe da Luiza,
de 11 anos

sob o olhar de uma mãe

Percebi que o tema menstruação não tem tido espaço nas conversas entre as meninas. Com o isolamento social, este e outros temas que pontuam o crescimento das crianças têm passado despercebido.

Como mãe de uma pré-adolescente de 11 anos, psicoterapeuta e como educadora menstrual posso oferecer a outras mães um apoio nesse momento pois sei que lidar com tudo é exaustivo. Por isso, abri um espacinho especial na minha agenda para acolhê-las em grupo e proporcionar momentos para trocarem experiências, ensinando as meninas sobre o próprio corpo, sobre a própria intimidade e sobre como impor limites quando alguém quiser invadir esse espaço.

**entre em
contato!**



[/allineblanco](#)



[@allineblanco](#)



[\(11\)98637-2717](tel:(11)98637-2717)



**Alline
Blanco**