

Sambhava Alessandra Sotti

Tra NATUROPATIA e YOGA

PERCORSO di NATUROPATIA

Naturopata diplomata nel 2005 presso l'**Istituto Riza di Medicina Psicosomatica**, discutendo la tesi finale: "Incontro con la salute naturale. L'Ayurveda Maharishi".

Nel corso di studi, tra le tante materie studiate, mi sono innamorata dell'**Ayurveda** e ho seguito il corso di specializzazione con il Dott. Romeo Compostella (Medico psicoterapeuta membro dell'Associazione Italiana per l'AM.Si. Si è formato alla medicina ayurvedica dalla scuola del Dr. Vaidya J. Raju, uno dei massimi esponenti della scienza ayurvedica), e la Naturopata Donata Arena.

Specializzata in **Rimedi Floreali** tenuto dalla Dott.ssa Marilena Zanardi (floriterapeuta ed esperta di medicina tradizionale e naturale), su fiori di Bach, fiori Californiani, Australian Bush, Living Essence e gli Himalayani dei Chakra.

Partecipato al corso di **Kinesiologia Applicata** presso l'accademia di Kinesiologia di Milano.

Ottobre 2009-Marzo 2010: **Master di Riflessologia Plantare Integrata®**, organizzato presso Istituto Riza e tenuto da Luigi Dragonetti; in cui ho avuto il piacere di poter apprendere oltre alla tecnica riflessologica di 1° e 2° livello, la tecnica metamorfica, e ulteriori applicazioni che sposandosi perfettamente con la Riflessologia ne accelerano e amplificano gli straordinari effetti.

Tra i vari corsi di aggiornamento, convegni e seminari seguiti:

- II° Congresso Nazionale di Naturopatia , *Il Naturopata e l'energia vitale. " La Rinascita Interiore"*, Milano - Con relativi Workshop - Conduttori: Dr. Raffaele Morelli - Dott. Vittorio Caprioglio D.ssa Daniela Marafante - Prof. Piero Parietti Dr.ssa Barbara Bertato - Dr. Pietro Fornari ed altri medici.
- "*Fiori di Bach*" Seminario organizzato dall'Istituto di Medicina Psicosomatica Riza. Conduttori: Floriterapeuta Marilena Zanardi.
- "*Floriterapia e sessualità*" organizzato e condotto dalla naturopata Scilla di Massa.
- "*Massaggio ayurvedico e principi di base di Ayurveda*" organizzato dall'Istituto di Medicina Psicosomatica Riza: Conduttori: Dott. Romeo Compostella e Donatella Arena.
- "*Cristalloterapia*" , organizzato dall'Istituto di Medicina Psicosomatica Riza. Conduttore: Graziella Pandiani, cristalloterapeuta.
- "*L'Autostima*" organizzato dall'Istituto di Medicina Psicosomatica Riza. Relatore: D.ssa Barbara Bertato

- III ° Congresso Nazionale di Naturopatia " *Il naturopata e il linguaggio del corpo*", Milano - Con relativi Workshop - Conduttori: Dr. Raffaele Morelli - D.ssa Daniela Marafante - Prof. Piero Parietti Dr.ssa Barbara Bertato - Dr. Pietro Fornari ed altri medici.
- "*Il Talento*": organizzato dall'Istituto di Medicina Psicosomatica Riza. Relatore: D.ssa Katya Vignoli.
- "*Tecnica dell'Enneagramma*", organizzato dall'Istituto di Medicina Psicosomatica Riza.
- "*Shiatsu psicosomatico*" organizzato dall'Istituto di Medicina Psicosomatica Riza.
- "*La dieta psicosomatica*", organizzato dall'Istituto di Medicina Psicosomatica Riza. Relatore: Dr. Gaetano Giovi - Medico Chirurgo e Psicoterapeuta - Fondatore del Meps (Centro Medicina Psicocomatica Psicoterapia e Psicologia Gallarate).
- "*L'arte di comunicare*" organizzato dall'Istituto di Medicina Psicosomatica Riza. Conduttori: Dr. Renato Trinca e Dr. Antonio Maltempi.
- "*Io voglio*" serata condotta da Fabio Marchesi, organizzata dal Gruppo Anima.
- "*La coppia illuminata*" serata condotta da Fabio Marchesi, organizzata dal Gruppo Anima.
- "*Paura del 2012 ??? invece Si che ci si inizierà a Divertire !!!!*" serata condotta da Fabio Marchesi, organizzata dal Gruppo Anima.
- Convegno "*Migliora la tua vita*" organizzato da MyLife in collaborazione con Il Giardino dei Libri, relatori: Peter Fraser, Dan Winter, Arielle Essex, Nicholas Caposiena, Andrea Fredi, Willem Lammers, Vianna Stibal, Debora Conti, Danilo Perolio Diinabandhu, Eric Pearl, Nader Butto.

Pratico come Naturopata nel mio studio privato da circa 15 anni.