



Nutrição Consciente

Esse assunto é muito profundo! Envolve tudo aquilo que entra pelos nossos 5 sentidos! Em se tratando de alimentos, tenho uma verdadeira paixão pela alimentação saudável e em tudo aquilo que as nossas escolhas alimentares trazem de repercussão nos nossos corpo físico, energético, mental, emocional e espiritual!

Busco despertar em você uma nova relação com o alimento e consigo mesmo!