



Cristine Spiezia

Cristine nasce in un contesto in cui lo **yoga e le discipline olistiche** sono state una presenza costante di tutta la sua vita.

Fin dall'infanzia, grazie ad un contesto familiare, viene guidata alla **pratica dello yoga e della meditazione**, che costituivano il cardine e la professione delle persone che la circondavano ha fatto sue le **discipline orientali ed olistiche** per poi svilupparle in **direzioni nuove**. Da sempre praticante di **Yoga**, ha seguito e concluso il corso per diventare insegnante certificata presso la scuola Jiva Yoga Academy.

Nel 2004 si **diploma in Estetica Professionale, esperta in cosmetica e benessere naturale eco bio**.

Nel 2012 **diventa insegnante certificata di Yoga presso JivaYoga Academy**.

Nel 2016 si **diploma all'accademia di Naturopatia ANEA** (Accademia di Naturopatia ad indirizzo bio-Energetico ed Ambientale), con una **tesi** dal titolo "**Yoga e le vie del Qi**". Si è specializzata nello sviluppo di trattamenti di ri-equilibrio energetico. Collabora e tiene **seminari** per la scuola Jiva Yoga Academy, nell'ambito della quale propone anche **trattamenti personalizzati e consulenze** su prenotazione ed è parte del team insegnati dell'accademia.

Collabora con la **psicologa** Valentina Liuzzi presso l'associazione **Nascere Bene e Vivere Meglio** nella quale svolgono il percorso **YOGA Psicologia e Naturopatia per la pelle**.

Collabora con Alberto Milani con il quale ha partecipato a scrivere il libro "**YOGARRAMPICATA**, edizioni Versante Sud" e scrive articoli per diversi magazine di yoga, trattando temi rivolti al Femminile e lo yoga e alla Naturopatia per la pelle.

Ha ideato il nome **OlisYoga** in cui mette in connessione la pratica dello **YOGA** e della **NATUROPATIA PER LA PELLE**, in una visione **OLISTICA**, cioè partendo dal principio che ogni persona ha un terreno di base specifico e sviluppa squilibri e caratteristiche di un certo tipo. Queste tecniche sono legate allo **Yoga e Meridiani**, e **conoscenze olistiche LEGATE ALLA PELLE**, promuovendo l'importanza del movimento e le tecniche base dell'Hatha Yoga, del **contatto, (massaggio e automassaggio) e focalizzando l'attenzione nell'utilizzo di una COSMETICA ECO-BIO** perché riconosce la connessione tra la **pelle, il sistema nervoso e il benessere globale, in una filosofia etica che sostiene persona e ambiente**.

È inoltre promotrice dei prodotti biologici per la salute e la bellezza del viso e corpo **InLight Beauty** – Cemon per la filosofia della Naturopatia per la pelle.

Ha un canale YouTube in cui propone video Olisyoga.

INLIGHT
b e a u t y



ACCADEMIA
MEDICINA
DELLA PERSONA

organizzano

I SEGRETI DELLA COSMETICA ECO-BIO E DI UNA PELLE FELICE

13 luglio 2021
ore 13:30 - 15:00

Obiettivi del seminario:

Quali sono i segreti per una pelle in perfetta salute? La pelle è l'organo più esteso del nostro corpo ed annovera molteplici funzioni fondamentali, ma come preservarla al meglio?

Guidati da Cristine Spiezia faremo un percorso molto dettagliato sul mondo della pelle e della cosmesi, impareremo l'importanza degli ingredienti e di come leggere le etichette, qual è l'impatto della cosmetica sulla nostra salute e sull'ambiente ed infine quali sono i prodotti che non possono mancare per una corretta beauty routine.

Argomenti:

- I segreti di una pelle sana
- Come leggere le etichette senza più segreti
- Impatto della cosmetica sulla salute e sull'ambiente
- Microrganismi effettivi
- Pelle ed emozioni
- Soluzioni green
- Quali sono i prodotti must have da avere in casa

EVENTO ONLINE - PIATTAFORMA ZOOM
ID WEBINAR 813 4598 6146

<https://us02web.zoom.us/j/81345986146>

DIRETTA FACEBOOK SUL CANALE
CEMON PRESIDIO OMEOPATIA ITALIANA

