

Le professioniste coinvolte



CHIARA PELLEGRINO LEWIS

Ideatrice del progetto Tutta Tua la Forza e founder di TotalBody Studio, Chiara è appassionata di movimento consapevole come strumento di empowerment personale, benessere e longevità. Crede profondamente nel potere di un approccio integrato mente-corpo come via per ritrovare equilibrio, forza interiore e autenticità.

@CHIARALEWIS



CHIARA BROCARDO

Psicologa-psicoterapeuta, Chiara accompagna le persone in un percorso di crescita e consapevolezza emotiva. Il suo approccio integra ascolto, empatia e strumenti pratici per favorire equilibrio interiore, autostima e benessere psicologico, con una particolare attenzione al mondo femminile e alle sue trasformazioni.

@CHIARA_BROCARDO_PSICOLOGA



FRANCESCA BOETTI

Come psicologa, Francesca si occupa di benessere psicologico e sviluppo personale con un approccio centrato sulla consapevolezza e sull'ascolto autentico. Accompagna le persone a ritrovare equilibrio tra mente e corpo, promuovendo resilienza, autostima e una relazione più armoniosa con sé stesse.

@PSICOLOGA_FRANCESCABOETTI



BENEDETTA MEINARDI

Biologa nutrizionista, Benedetta accompagna le persone in un percorso di consapevolezza alimentare che va oltre la semplice dieta. Promuove un approccio equilibrato e sostenibile al cibo, fondato sull'ascolto di sé, la prevenzione e il benessere femminile in ogni fase della vita.

@BENEDETTA_MEINARDI



GIULIA BERGESE

Osteopata, Giulia si occupa di benessere globale della persona attraverso un approccio delicato e mirato all'ascolto del corpo. Crede nell'importanza della prevenzione e della consapevolezza corporea come strumenti per ritrovare equilibrio, armonia e libertà di movimento.

@GIULIA.BERGESE



ANNA BALSAMO

Fisioterapista e ideatrice del metodo Linfofit, Anna unisce competenza clinica e visione olistica per promuovere salute e benessere attraverso il movimento. Specializzata nel linfodrenaggio e nella riattivazione corporea, aiuta le donne a ritrovare leggerezza, equilibrio e consapevolezza del proprio corpo.

@LINFOFIT

Le professioniste coinvolte



CRISTIANA PINTA

Psicologa, psicoterapeuta ed esperta in sessuologia clinica, Cristiana si dedica al benessere emotivo e relazionale delle persone, con un'attenzione particolare alla salute sessuale femminile. Attraverso un approccio empatico e integrato, aiuta a sviluppare consapevolezza, autenticità e un rapporto sereno con il proprio corpo e la propria intimità.

@CRISTIANA_PINTA



ELISA TAVERA

Psicoterapeuta specializzata in sostegno alla genitorialità, Elisa accompagna mamme e famiglie nei momenti di cambiamento e crescita. Attraverso un approccio empatico e concreto, aiuta a ritrovare equilibrio, fiducia e consapevolezza nel ruolo genitoriale, sostenendo il benessere emotivo di grandi e piccoli.



ROBERTA CASALE

Ostetrica, Roberta accompagna le donne nel percorso di conoscenza e cura di sé, con particolare attenzione alla salute pelvica e alla sfera della sessualità. Con un approccio dolce e rispettoso, promuove consapevolezza, prevenzione e benessere in ogni fase della vita femminile.

@ROBERTA_CASALE_OSTETRICA



SOFIA MIRIMIN

Ostetrica presso l'APS Oasi di Borgo San Dalmazzo, accompagna le donne nel tempo della maternità e in tutte le fasi della vita femminile. Si occupa di consulenze preconcezionali, gravidanza, allattamento e salute mestruale, promuovendo consapevolezza e benessere con un approccio empatico e naturale.

@OASIOSTETRICHE



NOEMI LUCHINO

Ostetrica, Noemi accompagna le donne in tutte le fasi della loro vita, dalla gravidanza alla menopausa, con un approccio empatico e personalizzato. Promuove la consapevolezza corporea e il rispetto dei naturali processi femminili, sostenendo il benessere fisico ed emotivo con professionalità e sensibilità.

@OASIOSTETRICHE



MARIA BRIGNONE

Osteopata, Maria promuove il benessere e la prevenzione attraverso un approccio integrato che unisce conoscenza anatomica e sensibilità nel trattamento. Crede nel movimento come chiave per mantenere equilibrio, vitalità e libertà nel corpo in ogni fase della vita.

@MARIA_BRIGNONE_OSTEOPATA

Le professioniste coinvolte



SABRINA BERTONE

Consulente d'immagine e specialista in armocromia, Sabrina aiuta le persone a valorizzarsi attraverso il colore, lo stile e la consapevolezza della propria unicità. Crede che l'immagine sia uno strumento di espressione e autostima, capace di riflettere l'armonia interiore e potenziare la fiducia in sé stesse.

@SABRINABERTONE__



IRENE RITA TALLONE

Naturopata con master in campane tibetane, Irene unisce conoscenze scientifiche e discipline energetiche per promuovere equilibrio e armonia interiore. Attraverso il suono e la vibrazione, accompagna le persone in un percorso di rilascio, ascolto profondo e benessere olistico.

@NATUROPATA.IRENE



SIMONA CITRO

Insegnante di yoga e formatrice, Simona guida le persone in percorsi di ascolto e consapevolezza corporea attraverso il movimento e la respirazione. La sua pratica unisce radicamento, fluidità ed energia, accompagnando ogni donna a ritrovare equilibrio e connessione profonda con sé stessa.

@SIMOCITRO.YOGA



VALERIA BARDINOVA

Job e career consultant, Valeria supporta le persone nei percorsi di crescita professionale e realizzazione personale. Attraverso un approccio pratico e motivante, aiuta a valorizzare competenze, definire obiettivi e costruire una carriera in linea con i propri talenti e valori.

@VALERIA.BARDINOVA