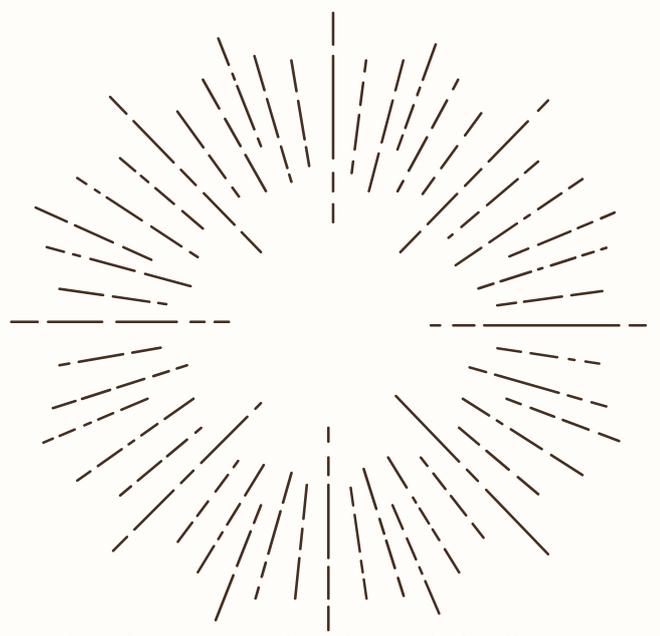




CONSULTAS ĀYURVÉDICAS

**RESTAURA TU BIENESTAR DESDE LA RAÍZ
CON LA SABIDURÍA ANCESTRAL DE LA
INDIA Y MI ACOMPAÑAMIENTO**





¿QUÉ ES EL ĀYURVEDA?

Āyurveda se traduce como “conocimiento de la vida”. Es una ciencia y medicina de 5000 años que busca mantener la salud de quienes están sanos y recuperar la salud de quienes están enfermos. Se basa en que todos estamos hechos de lo mismo: los 5 elementos, pero en proporciones únicas. Por esto, cada ser es único e irrepetibles.

¿EN QUÉ CONSISTE UNA CONSULTA ĀYURVÉDICA?

En nuestra **primera sesión** conversaremos para entender tu naturaleza única (Prakriti), cualquier desbalance (Vikriti) que puedas tener y lo que deseas trabajar.

En base a eso, te diseñaré un plan con recomendaciones personalizadas para ayudarte a realinearte con tu propia esencia. Te entregaré el plan en una **segunda sesión**.

Las recomendaciones giran en torno a los pilares del Āyurveda y además les agrego mis conocimientos de otras sabidurías y de lo que he ido adquiriendo en la escuela de la vida.

¿PARA QUIÉN ES UNA CONSULTA ĀYURVÉDICA?

Cualquier persona con desequilibrios como:

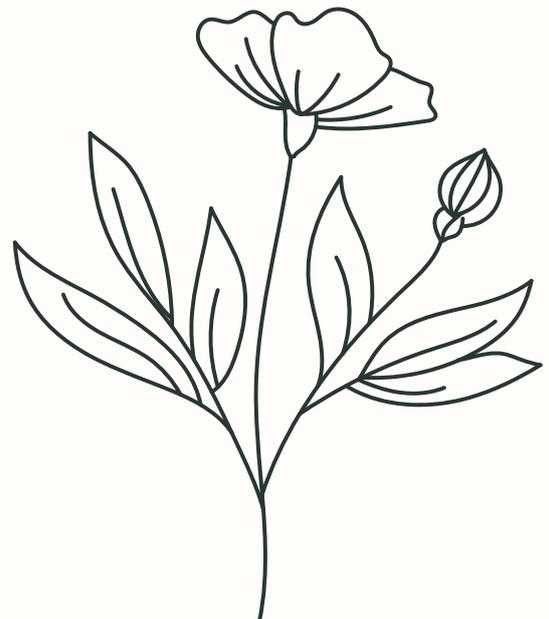
- Problemas digestivos (Ej. Acidez, hinchazón, estreñimiento, diarrea)
- Falta de propósito o motivación
- Cansancio excesivo
- Dificultades para dormir
- Ansiedad
- Estrés
- Desconexión de tu ciclo menstrual
- Adicciones
- Problemas de alimentación
- Falta de rutina

Āyurveda es para toda persona que quiera vivir alineada con su naturaleza y experimentar una vida más sana, sincronizada con su propio ritmo interno. El único requerimiento es un compromiso contigo misma.

INVERSIÓN

\$55.000

Incluye las dos sesiones via Zoom y tu plan ayurvédico (aprox 3 horas)



¿QUIÉN SOY?



Tu coach: Colomba Dumay.
Mis ganas de “salvar al planeta” me llevaron a estudiar Economía, Política y Pensamiento Social en Berlín. Mi amor por la naturaleza me llevó a trabajar en temas de regeneración de la tierra. Así entendí que no voy a salvar a nadie pero que para impulsar los cambios que quiero ver en el mundo se necesita regenerar nuestra consciencia. Así empecé a explorar la salud, la consciencia y técnicas de bienestar holísticas, para entender al ser humano en su totalidad.

En 2022, pasé 6 meses en la India y quedé tan fascinada que quise aprender todo sobre ella. Así llegué a la medicina Ayurvédica. Me formé como coach ayurvédica el 2023 en Somos India y desde 2024 empecé a dar terapias.

Mis consultas se basan en los principios del Āyurveda, y las complemento con mis saberes de otras disciplinas: entre ellas meditación, lo Sagrado Femenino y Reiki Usui. Además, mi propio viaje para sanar mis desbalances hormonales me ha entregado una abundancia de recursos para apoyar procesos de ciclicidad femenina.

Soy testigo de cómo traer consciencia a nuestra vida e instaurar pequeños cambios con constancia es lo más poderoso que podemos hacer por nosotr@s mism@s.



**AGENDA TU CONSULTA AYURVÉDICA
ESCRIBIÉNDOME A +56979813904**

 @colombadumay