



LE COLIBRÌ - Equilibri Creativi

Associazione culturale sportiva dilettantistica
Via A. Boito 3 - 35020 Due Carrare (Pd)
C.F. 92267450283
www.le-colibri.it

Elisa Zanotto - Naturopata / Cuoca vegana.

Sono diplomata presso l'istituto **Lumen - Scuola di Naturopatia di Piacenza** nel 2016 con la tesi "Lo yoga come strumento complementare di riequilibrio naturopatico".

Il percorso di Naturopatia è iniziato nel 2012, dopo qualche anno di indecisione sulla strada che stava percorrendo nella vita; lavoravo in un'azienda di abbigliamento - mi occupavo di stile e di prodotto - un lavoro che da sempre sognavo, fin da bambina, a parte alcuni episodi in cui desideravo diventare una veterinaria.

Dopo diversi anni dedicati a questo settore, ci fu una rottura, iniziai a mettere in discussione molte scelte fatte e a non riconoscermi più in ciò che facevo. Sentivo la necessità di guardarmi dentro maggiormente e il bisogno di rendermi utile agli altri, il problema era che non sapevo come...ma grazie ad un papà che da sempre aveva avvicinato la nostra famiglia a rimedi naturali di vario genere, sentivo che qualcosa avrei potuto trasmettere grazie al mondo naturale e olistico.

Il percorso di naturopatia mi ha donato la consapevolezza di avere, come essere umano, un potenziale immenso, naturale, che permette di rimanere in salute. Potenziale costantemente sottovalutato dalla società e dalla medicina convenzionale.

Mi appassionai così ben presto a quello che sarebbe sicuramente diventata la mia nuova professione, al primo corso ero già innamorata: tutto questo mi metteva moltissimo in discussione, mi faceva venire spesso il mal di testa a furia di scavare dentro di me rendendomi unica anche davanti ai miei occhi, incredula, per certi versi, su ciò che scoprivo e che venivo in contatto. L'ultimo anno della scuola lo dedica alla tesi, che realizzai incinta della mia piccola Marta.

Aiutare le persone a sentire il potenziale utile dentro di loro per superare qualunque difficoltà, è speciale. Ognuno di noi è uno scrigno che ha solo bisogno di un piccolo aiuto per dimostrarsi tale al mondo. Una visione quella naturopatica diversa dalla classica: le difficoltà viste come opportunità, il sintomo visto come amico e informatore, l'osservazione della vita stessa con una sensibilità diversa.

Il mio percorso di crescita e studio è continuato anche dopo il diploma ed è sempre in continuo aggiornamento, in particolare ho seguito alcuni approfondimenti:

Le cinque leggi biologiche del Dottor Hamer; il Massaggio intuitivo ed elementale;
il primo livello di Komyo Reiki e vari corsi di Cucina Naturale.

Oltre ad avvalermi degli strumenti e dei metodi più differenti che mi permettono di lavorare con la persona nelle sue problematiche attraverso la Riflessologia plantare olistica, l'analisi Kinesiologica, i Fiori di Bach, i massaggi elementali e la Medicina Tradizionale Cinese, uno sguardo importante rimane quello all'Alimentazione, cosa mangiamo determina chi siamo.

Ecco, dunque, che la naturopatia confluisce nella mia seconda passione, cucinare; tra i fornelli nascono i laboratori di cucina Naturale a tema o su richiesta che diventano strumenti altrettanto importanti permettendo alla persona di prendere coscienza di ciò che mangia e di farlo con gusto, senza utilizzare alimenti di origine animale.