**Taller de ciclo menstrual: Una revolución llamada menstruación**

¿Eres una de esas mujeres que odia la regla? ¿Realmente detestas "esos días del mes"? ¿Acaso sientes que la menstruación es un castigo de la naturaleza? ¿Y estás harta de que Andrés te visite cada mes?

No eres la única, para la gran mayoría de mujeres la regla es el peor momento del mes. Esperamos su llegada como si se tratara de un mal irremediable del cual no nos podemos librar. ¿Pero qué pasaría si descubrieras que todo lo (poco) que sabes de la menstruación es mentira? ¿Qué ocurriría si te dijeran que menstruar es una de las mejores cosas que te podría pasar?

Si quieres conocer qué es lo que pasa en tu cuerpo y en tu mente cuando comienzas a menstruar, este taller es para ti. En « Una revolución llamada menstruación» podrás descubrir el poder cíclico femenino que habita en tu interior y tendrás todas las armas que necesitas para ponerte de pie, alzar el puño y menstruar con orgullo.

¿Quieres participar de esta rebelión de mujeres menstruantes? Ven y comparte con nosotras una fascinante experiencia de aprendizaje creada para mujeres curiosas que desean conocerse mejor a sí mismas y gozar de sus cuerpos todos los días del mes.

A lo largo de 4 sesiones exploraremos el ciclo menstrual y conoceremos:

- cada una de las 4 fases que lo componen –menstrual, preovulatoria, ovulatoria y premenstrual- y sus características físicas, psíquicas y emocionales.

- los arquetipos femeninos que emergen en cada una de las fases de tu ciclo menstrual.

- los prejuicios culturales que existen en torno a la menstruación.

1ERA SESIÓN (25 abril): Menstrualmente sabia

2DA SESIÓN (2 mayo): Poderosamente preovulatoria

3ERA SESIÓN (9 mayo): Ovulatoriamente sensual

4TA SESIÓN (16 mayo): Furiosamente premenstrual