

GRAZIE DEI FIOR

La fine dell'anno è un periodo che a volte si trasforma in un tour de force fatto di stress e stati d'animo ansiosi: si fanno bilanci, si guarda al futuro con preoccupazione, si deve convivere anche brevemente con persone con le quali ci sono stati problemi. I rapporti umani possono farsi difficili. Un aiuto può venire dalla **Floriterapia**.

Finite le feste, si vive con ansia il rientro al lavoro, e spesso si torna in ufficio appesantiti, più stanchi di prima. Ecco qualche consiglio dal centro Cerifos di Milano, che da tempo monitora i benefici dei Fiori di Bach: *Hornbeam* è ottimo per combattere il "*monday morning feeling*", magari insieme a *Olive*, che dà energia fisica, e a *Crab Apple*, per purificare l'organismo dagli stravizi alimentari. Passato un altro anno senza aver realizzato i propri sogni, è facile cadere preda di pensieri neri e sono utili *Gentian* contro pessimismo e delusione, *Scleranthus* per non bloccarsi davanti alle decisioni, *Wild Rose* contro la rassegnazione, *Cerato* per l'intuito e il coraggio di cogliere le occasioni. I Fiori di Bach donano determinazione e serenità in modo dolce e rapido, sono estremamente efficaci anche quando in famiglia entrano problemi. E' in questi momenti che i Fiori di Bach esprimono al meglio tutte le loro proprietà, in combinazioni **personalizzate in base alla situazione e al vissuto dei singoli e delle loro famiglie**.

Per corsi e informazioni www.cerifos.it