

Alessandra Monteduro; nata e vissuta a Trieste.

Ho frequentato la scuola di counselling integrato naturopata, di Udine. Dove ho imparato ed applicato le tecniche di RCT (respiro consapevole terapeutico) sono alla continua ricerca del benessere psicofisico, ho studiato e messo in pratica la dieta dei gruppi sanguigni e combinazioni alimentari. Amo stare in armonia con la natura e praticare sport all'aperto. Ho scelto la bicicletta come mezzo di trasporto principale per muovermi nella mia città e periferia. Ho ricevuto il dono dell'arte alla quale mi dedico nei momenti di relax. Sono orgogliosa di essere mamma di cinque creature meravigliose che amo moltissimo e che considero i miei maestri e collaboratori della mia unica vera scuola "la vita".