

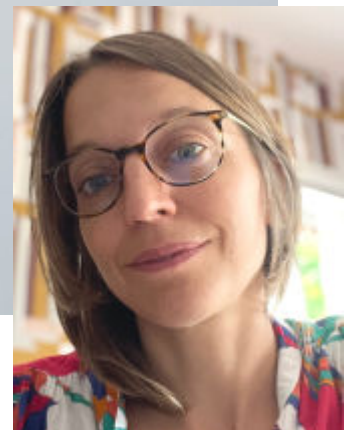
# Apprendre à Connaître son Cycle Féminin

Pour être plus efficace et zen au travail, comme à la maison

**Guide d'exploration**  
suite au Live de MyCake Academy "Les Cycles"



Par Laurence MULLER, Pharmacienne Naturopathe





Vous avez des hauts et des bas, et parfois même, vous ne comprenez plus votre propre fonctionnement.

Vous êtes curieuse et aimeriez mieux comprendre votre biologie interne pour adapter votre emploi du temps.

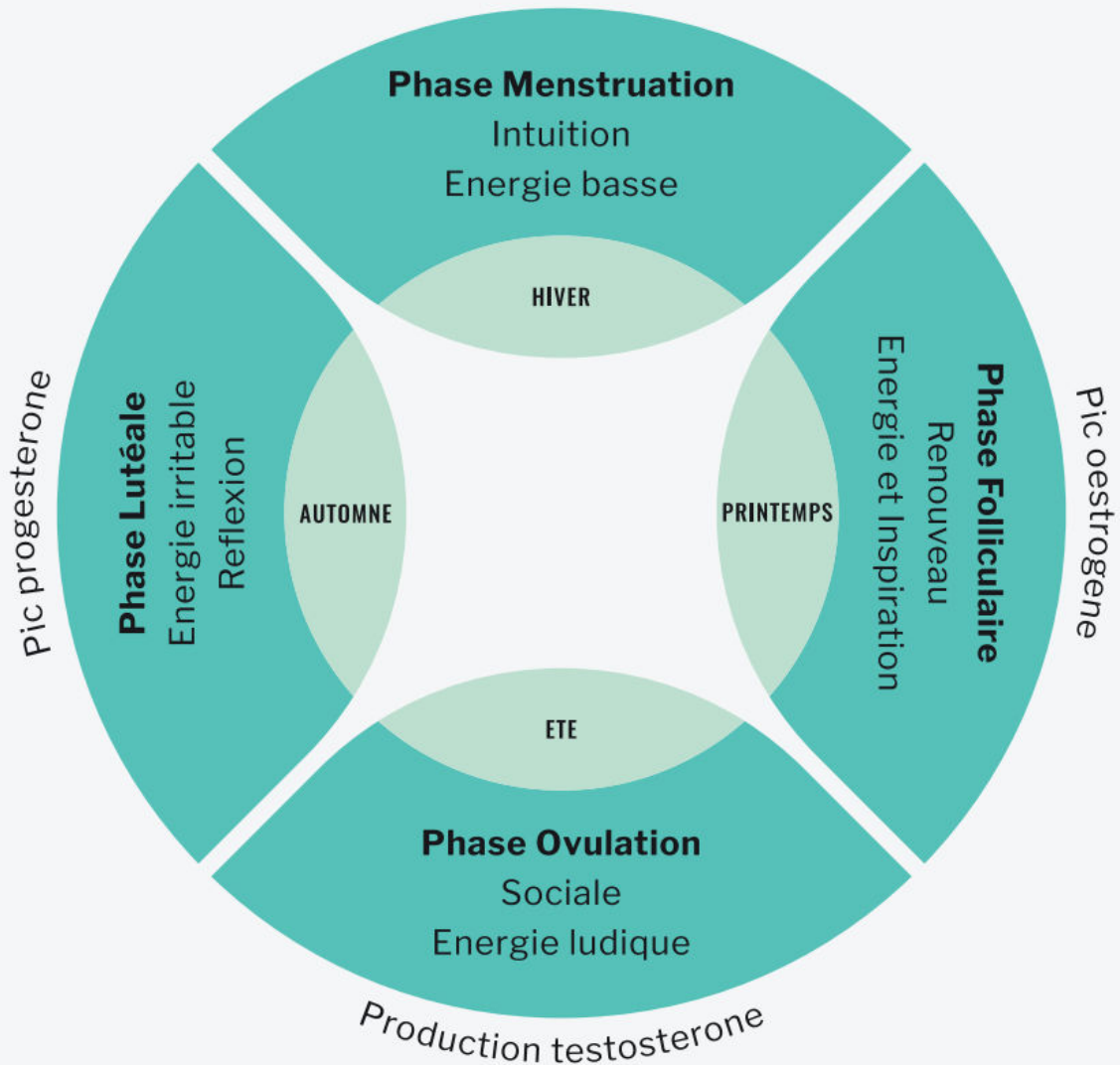
Pendant le Live “Les Cycles” de MyCake Academy, nous avons vu :

- Les 4 étapes du Cycle féminin et leurs spécificités,
- Comment s’en servir pour optimiser son efficacité à la maison et/ou au travail,
- Mieux de comprendre et s’accepter.

Afin de mettre en pratique, vous trouverez juste après :

- Le schéma résumé des 4 phases du Cycle féminin
- Un tracker de Cycle pour suivre votre humeur, émotions, tout au long de votre Cycle, et mieux vous connaître.

# Les 4 Phases de notre cycle







Laurence est docteur en Pharmacie, Naturopathe, Coach santé et praticienne en EFT.

Elle est expatriée depuis plus de 15 ans en Asie (Shanghai, Hong Kong et Thaïlande).

Elle est aussi maman de 2 ados, et a travaillé plus de 10 ans à l'hôpital, en clinique, officine, avant de monter son entreprise.

Laurence a à coeur la prévention et le mieux-être.

Elle accompagne les femmes curieuses et aventurières à vivre une vie sereine et en plein santé.

Le tout de manière holistique et naturelle.

**Bénéficiez d'un bilan de 30 minutes**

**gratuit**

**en allant sur son site :**

<https://laurencemuller.com>