

Il tuo
PROBLEMA
La tua
SOLUZIONE

IL TUO PROBLEMA

SE TI RICONOSCI QUI:

- perdite di urina
- senso di peso pelvico
- gonfiore intestinale
- difficoltà dopo il parto

**NON IGNORARLI: SONO SEGNALI DA
TRATTARE**

**RISOLVI I DISTURBI DEL PAVIMENTO
PELVICO E TORNA A SENTIRTI SICURA
NEL TUO CORPO**

LA TUA SOLUZIONE

PERCORSI PERSONALIZZATI

NON ESERCIZI GENRICI

**RISULTATI CONCRETI
E DURATURI**



VI ASPETTO

Su appuntamento

V.le Martelli, 11 - int. 3
Pordenone

CONTATTI

Dott.ssa Deborah Cibir
Biologa Nutrizionista Ostetrica
studio@deborahcibir.it
www.deborahcibir.it
www.deborahcibir.com
cell.3358339533



**LA SALUTE
FEMMINILE
A 360°**

*Dott.ssa
Deborah Cibir*

*Nutrizione e Riabilitazione del
Pavimento Pelvico*



CHI SONO

Dott.ssa Deborah Cibirin

Sono **Ostetrica e Nutrizionista** specializzata nella **salute del pavimento pelvico** e nella **nutrizione femminile**.

Aiuto le donne a ritrovare benessere, controllo e sicurezza nel proprio corpo attraverso percorsi personalizzati che integrano riabilitazione e alimentazione. mi occupo di:

- recupero post parto
- incontinenza urinaria
- debolezza del pavimento pelvico
- benessere intestinale
- prevenzione e salute femminile



SOFFRI DI QUESTI SINTOMI?

- Perdita di urina
- sensazione di peso pelvico
- gonfiore intestinale
- difficoltà dopo il parto

QUESTI SINTOMI NON SONO NORMALI

I PERCORSI PERSONALIZZATI

Ho creato percorsi completi che integrano riabilitazione e nutrizione per risultati concreti e duraturi

PERCORSO 1 RINASCITA POST PARTO

Recupera il tuo corpo dopo la gravidanza:

- valutazione
- visita nutrizionale
- 5 sedute
- piano nutrizionale
- 2 controlli

PERCORSO 2 CONTROLLO E DEBOLEZZA PELVICA

Per incontinenza e debolezza pelvica:

- valutazione
- piano nutrizionale
- 8 sedute con tecnologie
- controlli

PERCORSO 3 DONNA 360 °

Il percorso più completo:

- valutazione
- nutrizione
- 10 sedute
- 3 controlli

OPEN DAY

SCREENING PAVIMENTO PELVICO

Valutazione breve per capire lo stato del tuo Pavimento Pelvico

- Durata 30 min
- Prima analisi
- Consigli Personalizzati

**SOLO 5 POSTI DISPONIBILI
OGNI 1° VENERDÌ DEL MESE**

**PRENOTA ORA LA TUA VALUTAZIONE
SCANSIONA IL QR CODE OPPURE
SCRIVIMI SU WHATSAPP**



**NON TRATTO SOLO I SINTOMI: TI AIUTO A
RITROVARE CONTROLLO, BENESSERE E
FIDUCIA NEL TUO CORPO**