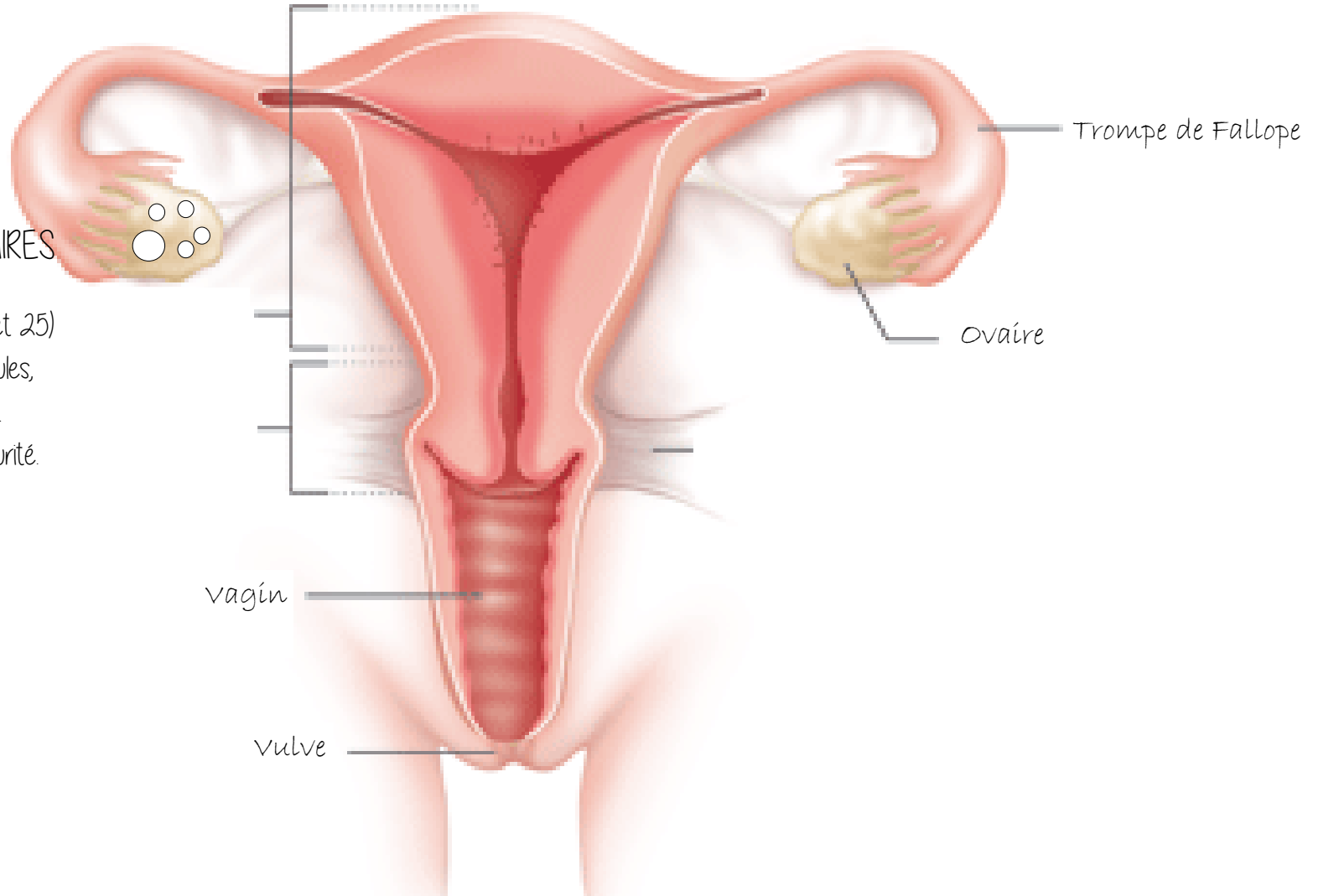


Hypophyse

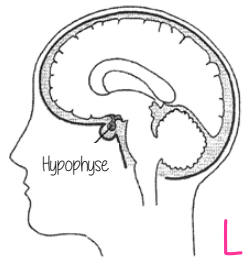
Sécrétion de FSH

RÉPONSE DES OVAIRES

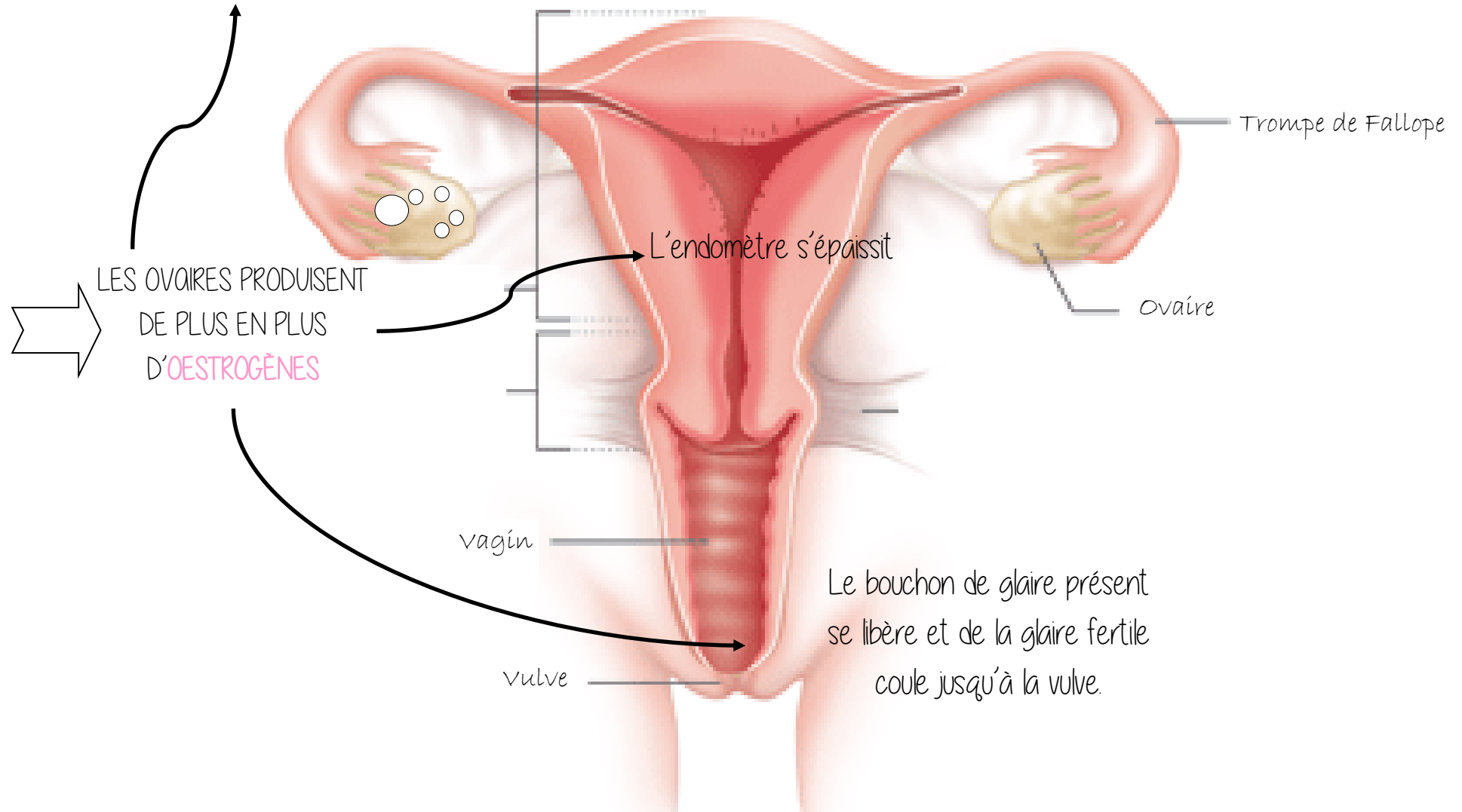
Les follicules (entre 20 et 25)  
qui contiennent les ovules,  
vont se développer.  
Un seul arrivera à maturité.



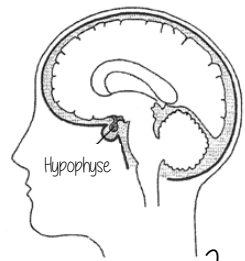
PRINTEMPS



LH augmente



PRINTEMPS



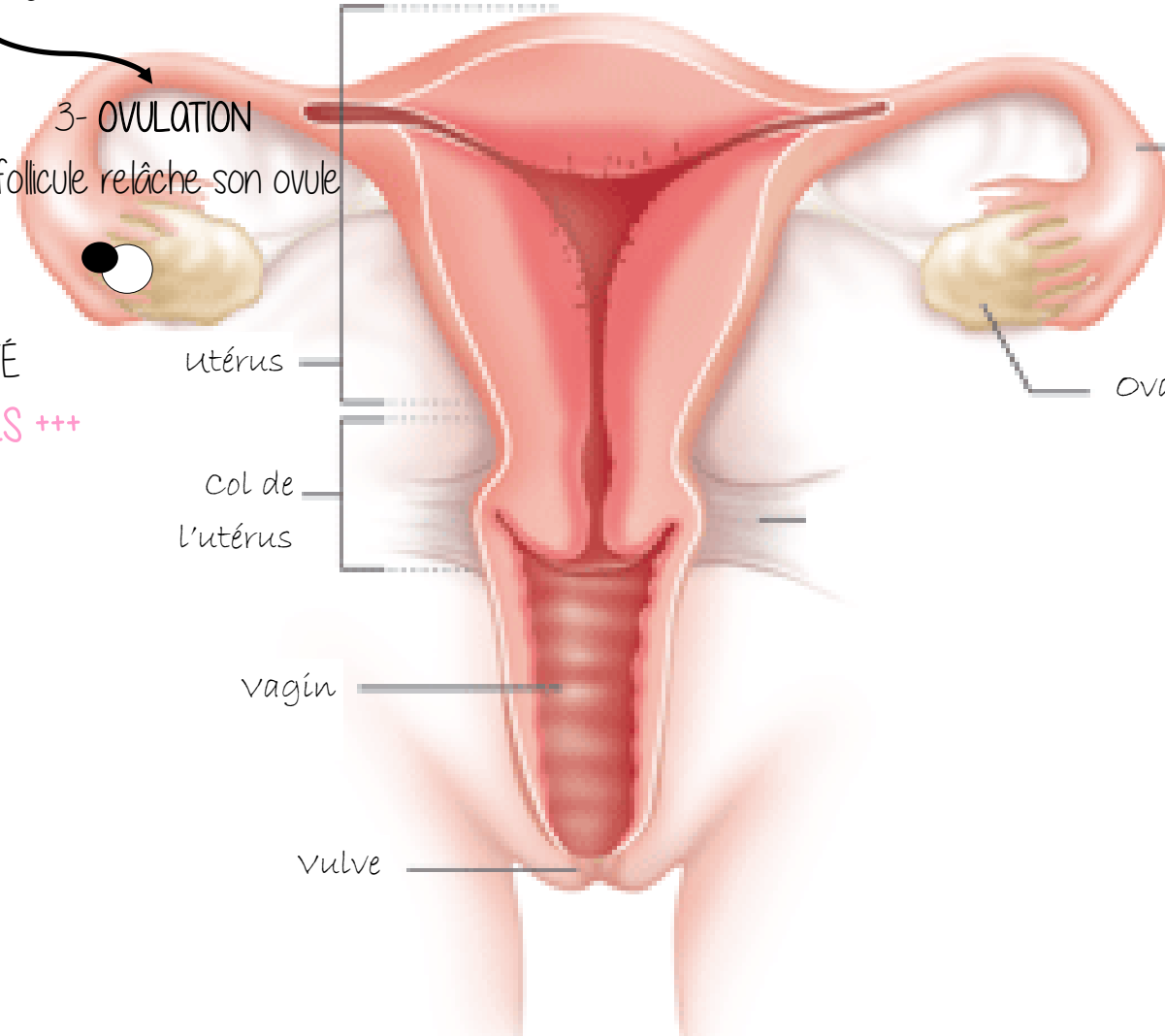
Hypophyse

2- LH +++ augmente

3- OVULATION  
le follicule relâche son ovule

↑ QUANTITÉ

D'OESTROGÈNES +++



Trompe de Fallope

Ovaire

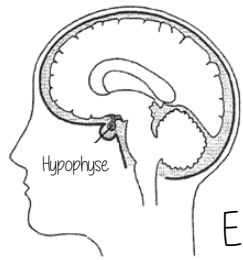
utérus

Col de  
l'utérus

vagin

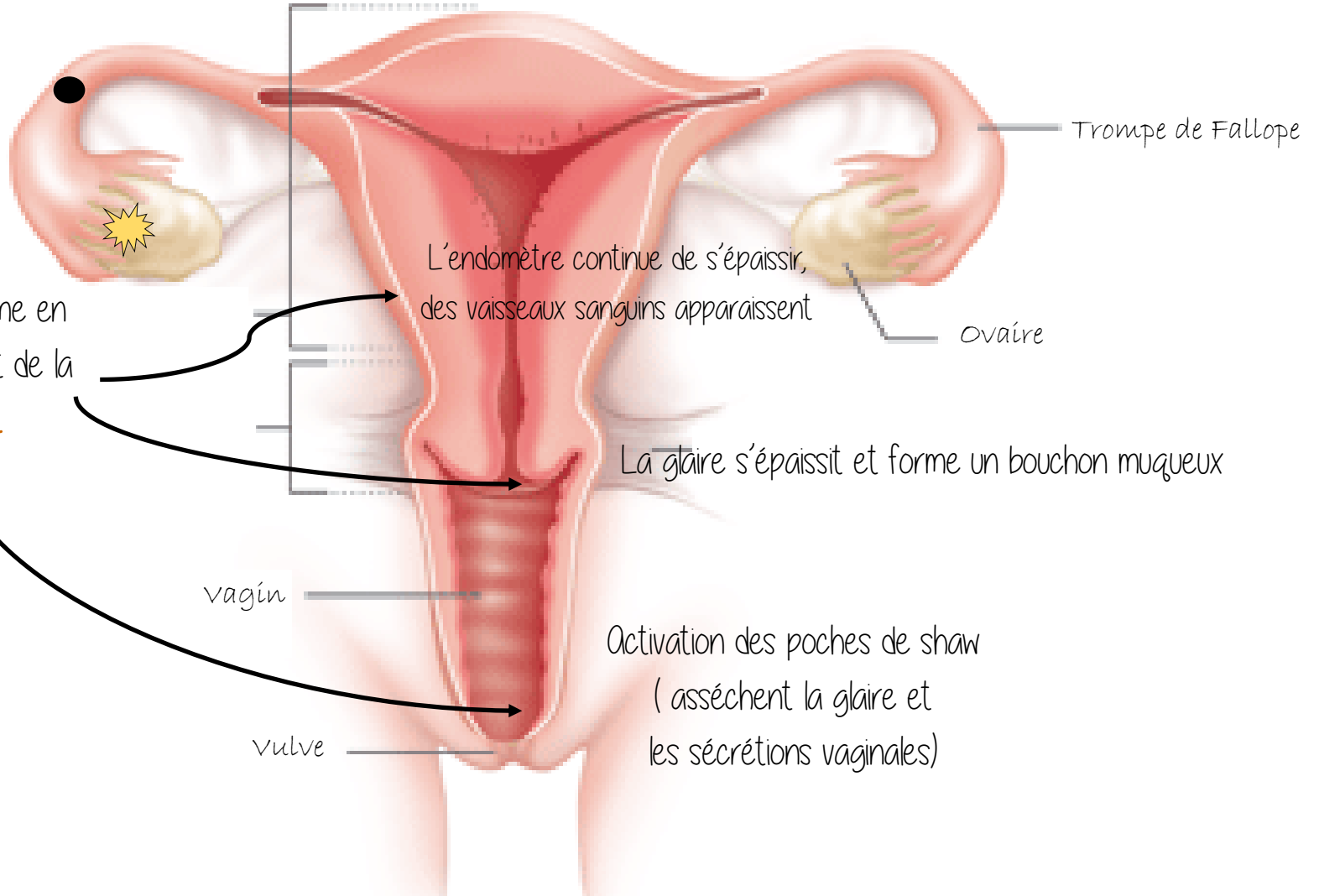
vulve

ETE



Élévation de la température

le follicule se transforme en  
corps jaune qui produit de la  
**PROGESTERONE**



Trompe de Fallope

L'endomètre continue de s'épaissir,  
des vaisseaux sanguins apparaissent

Ovaire

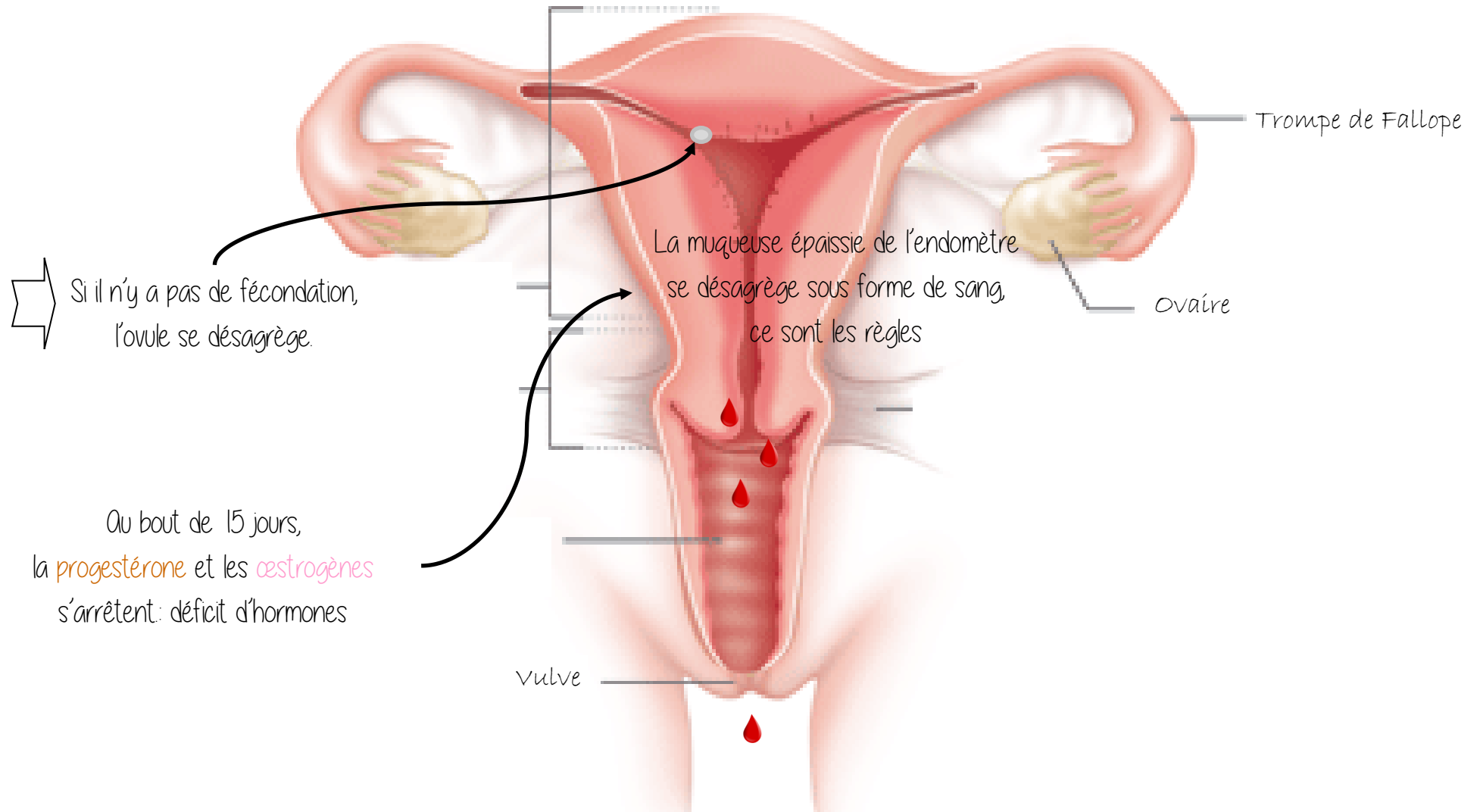
La glaire s'épaissit et forme un bouchon muqueux

vagin


Activation des poches de shaw  
( asséchent la glaire et  
les sécrétions vaginales)

vulve

**AUTOMNE**



HIVER

 Je découpe les saisons ci- dessous :



## PRINTEMPS

Régler tous les problèmes en suspens

Programmer les RDV, les vacances, les réservations...

Faire des choses qui font peur, s'embarquer dans des challenges, faire du sport

Pensées +++ positives, sur soi comme sur les autres, le cerveau semble en ébullition

## ÉTÉ


Prendre soin des autres & prendre soin de soi.

Créer du lien, écouter attentivement. Accueillir les difficultés des autres

Faire la cuisine, se mettre en avant...

Pensées moins nombreuses mais joyeuses et douces: on vit plus qu'on ne pense.

Elan d'amour et d'admiration pour ceux qui nous entourent.

 Je découpe les saisons ci- dessous :



### AUTOMNE

*Pulsion d'agir: tout changer, faire un gros ménage, se plonger dans un gros dossier  
Créer, décorer, ré-aménager son intérieur...*

*Observations nombreuses et teintées de négatif, de reproches.  
Envie de tout arrêter et peur de ne pas y arriver*

### HIVER

*Se reposer, se relier, prendre soin de soi  
Pensées peu présentes, posées et empreintes de sagesse.  
Les intuitions peuvent être précises et fulgurantes..*