

CURSO 2009 – 2010

**PROGRAMA DE 9 MESES
DE
DESARROLLO PERSONAL**



**escuela de respiración consciente
y mente creativa (rebirthing - renacimiento)
mont-ras (girona)**

el programa de desarrollo personal “9 meses”

Durante 9 encuentros podrás profundizar más en tu proceso personal, revisando, comprendiendo y mejorando aspectos de tu día a día, tales como autoestima, trabajo, relaciones, etc.

El trabajo en grupo te ofrece un espacio seguro para poder compartir, expresar, escuchar y ser escuchado, y ser tu misma/o delante de los otros.

El grupo refuerza y apoya el compromiso de todos, de ir más allá con confianza y seguridad.

La técnica que utilizamos es la “Respiración Consciente y Mente Creativa (Rebirthing – Renacimiento)”, herramienta sencilla y profunda de autoconocimiento y evolución personal.

p r o g r a m a

24 y 25 DE OCTUBRE: RESPIRAR, PENSAR, SENTIR.

Experimentar y comprender las bases del Método de Respiración Consciente y Mente Creativa para empezar a aplicarlas a la vida cotidiana y sentir sus beneficios.

28 y 29 DE NOVIEMBRE: CONCEPCIÓN, GESTACIÓN Y NACIMIENTO.

Exploramos éstas experiencias tempranas y cómo influyen en nuestra vida. Cómo comprender las memorias inconscientes y cómo transformarlas.

19 y 20 DE DICIEMBRE: EL NIÑO INTERIOR, LA FAMILIA Y LA INFANCIA.

Todos hemos sido niños, las relaciones familiares nos han marcado para bien y para mal. Comprender todo esto es fundamental para nuestro desarrollo personal.

16 y 17 DE ENERO: AUTOESTIMA.

Aprender a aceptarme, amarme y aprobarme tal como soy me permite ser más yo mismo conmigo y con los demás.

20 y 21 DE FEBRERO: EL TRABAJO.

Mejorar nuestra relación con nuestra vida laboral y profesional, una de las áreas a las que le dedicamos más tiempo en nuestras vidas.

20 y 21 DE MARZO: RELACIONES DE PAREJA.

Vivir las relaciones como un medio de crecimiento las hace más vivas, dinámicas y satisfactorias.

17 y 18 DE ABRIL: PROSPERIDAD Y DINERO.

Ser más conscientes de cómo nos relacionamos con el dinero y llevarnos bien con él. Abrirnos a más prosperidad. Comprender las leyes del dar y el recibir.

15 y 16 DE MAYO: LA SEXUALIDAD.

Desmontar sus mitos y tabús, disolver la culpa inconsciente. Abrirnos a sentirla plenamente y sentirnos cómodos con ésta poderosa energía en nuestras vidas.

9º ENCUENTRO: COMPLETACIÓN.

Las despedidas, los finales, los ciclos y los cierres en nuestras vidas. Recogemos la evolución de nuestro proceso en los nueve meses.

.

MONITORES

Doia Riera i Compte, Psicóloga, profesional de Rebirthing, formada en Constelaciones Familiares.

Manuel Rodríguez Alejandro, profesional de Rebirthing, formado en Constelaciones Familiares.

INFORMACION

Lugar:

L'ARCADIA DE MONT-RAS (Girona)

HORARIOS: Sábado de 10 a 20,30 h. con dos horas para comer y Domingo de 9 a 14 h.

PRECIO: 1.150,- € el curso

FORMA DE PAGO: 100 € de Inscripción y 350 € al inicio de cada trimestre (octubre, enero y abril)

Información e inscripciones:

Mari Angels Ros - teléfonos 972.79.41.31 y 669.480.231
marangelsros@terra.es

www.respiracionconscienteymentecreativa.com