



TALLER

DESCOBREIX EL TEU
POTENCIAL SANADOR
INTEGRANT COS I ÀNIMA.

Dissabte 31 de maig

9.50H A 18.30H



Introducció

Aquesta trobada neix de l'oportunitat de descobrir el teu potencial sanador per poder afrontar els canvis de la vida, d'una manera saludable i respectuosa.

En aquesta societat que vivim, l'estrés del dia a dia poden fer-nos baixar l'energia.

T'oferirem eines per millorar la vitalitat i ho farem a través del moviment, la nutrició i la connexió amb l'ànima.

Soms la Marta, la Maria i la Núria, que ens hem trobat per poder compartir els nostres coneixements i fer-vos partíceps d'una vivència única i global.



Programa

9.50h Arribada i presentacions

10h Meditació d'entrada.

10.30h- 12.30h Taller de biodansa i veu

El nostre moviment més genuí i autèntic ens connecta directament a la pròpia font d'alegria, de llum i de vida. Amb la biodansa expresseu la nostra creativitat, potenciem la salut i compartim la joia de viure.

Poder expressar a la vegada amb la veu i el cos és una vivència plenament integradora i sanadora. El so de l'ermita, ajuda a crear harmonies i amplifica i eleva la nostra vibració.



12.30h Descans

13.00h Taller de cuina creativa amb dinar degustació.

Un taller que busca fomentar la creativitat i la consciència en la cuina, amb l'enfoc en la salut i la vitalitat.

Prepararem plats nutritius utilitzant aliments de temporada i ecològics, explorant noves formes de cuinar que ens permeten cuidar-nos millor. una manera divertida i inspiradora de descobrir noves maneres de cuinar mentre es manté un estil de vida saludable.



15.30h Sensacions de riu

Meditació conscient i activa vora al riu per a deixar anar les càrregues inconscients.

16.30h Taller de despertar el/la sanador/a interior

Despertarem el/la sanador/a interior a través de la sanació de les emocions amb la descodificació biològica.

Es tracta de poder entendre i abordar les emocions des d'una perspectiva biològica, utilitzant la descodificació com una eina per a la curació emocional profunda i duradera.

El nostre cos físic és una eina biològica que a través de l'inconscient ens permet despertar la consciència.

Quan somatitzem una emoció en el cos és degut a que prèviament hi ha una energia densa o distorsionada en el cos energètic.

Aprendrem a sentir el cos energètic i restaurar-lo amb tècniques simples i eficients per retornar a la vitalitat i salut.



18.30h Cloenda



A l'esquerra: Maria Calmaestra

El meu interès per les teràpies naturals i l'alimentació va néixer fa més de 25 anys. Em vaig formar en Naturopatia i Homeopatia a l'Heilpraktiker Institut de Barcelona. Des d'aleshores, he continuat aprofundint per ampliar els meus coneixements en el camp de l'alimentació, on comença tot o gairebé tot.

Al centre: Marta Móra

Biòloga i facilitadora de biodansa titulada per l'escola SRT-EspaiViu-Barcelona el 2018. Porto més de 20 anys oferint la seva dansa des d'una mirada delicada, empàtica i compromesa amb les persones i la seva expressió

A la dreta: Núria Contreras

He sentit des de l'infantesa l'impuls d'ajudar i acompanyar a les persones del meu entorn a través de l'escolta i la presència amorosa. Una ànima al servei.

Des de l'any 2017 començo un procés d'autoconeixement que m'ajuda a descobrir les capacitats guaridores innates en mi, tals com la canalització, la mediumnitat i la sanació energètica que juntament amb la formació en descodificació biològica fa que apliqui una tècnica de sanació personalitzada que evoluciona a casa sessió.



DATA : 31 DE MAIG DE 2025



LLOC: Mas Coquells
Veïnat de Coquells S/N
17743 Vilanant (Girona)

IMPORTANT!

PLACES: 20 persones



PREU: 120€

Telèfons de contacte:

Maria 607690672

Marta 685865913

Núria 651917919

