



Siendo dueña de tu bienestar

Talleres Vivenciales | Conociendo mi mundo interior

¡Bienvenida a este ciclo de talleres donde encontrarás las herramientas y el conocimiento necesarios para iniciar el camino hacia tu equilibrio!

Objetivos

- Proporcionar un recorrido en el inicio del autoconocimiento, así como asentar las bases firmes en tu camino a través de 3 talleres vivenciales:
 - Conocer desde otra perspectiva lo que te impide ser feliz
 - Aprender a cultivar la atención y la presencia
 - Aprender el lenguaje del Alma
 - Potenciar la cultura de compartir para fomentar la conexión humana.
-

Beneficios

- Aprendiendo a conocerte con bases firmes, conseguirás en tu camino tener los recursos necesarios para saber reequilibrarte.
 - Aprendiendo prácticas para cultivar la atención, integrarás la importancia de observarte en cada momento para no perder el equilibrio.
 - Aprendiendo el lenguaje del Alma, tomarás conciencia de cómo se expresa y qué necesita en ti.
-

Estructura de los Talleres

Cada taller tendrá una duración de 2 horas, combinando teoría con prácticas experienciales.

Cada taller tendrá un **máximo de 6 personas**, para asegurar que la integración de los aprendizajes se hace con el apoyo y la atención necesarias.



Contenido

Taller I - Tomando conciencia de lo que me impide ser feliz en todos los niveles del Ser

- Descubre aquello que te impide ser feliz, ¡hay mucho más de lo que crees!
- Toma conciencia de que tú eres la dueña de tu bienestar, ¡no lo delegues en los demás!

Taller II - Herramientas prácticas para cultivar la atención y presencia

- Es sabido que la atención es absolutamente necesaria para nuestro equilibrio.
- Descubre nuevas y sencillas prácticas que te ayudarán a cultivarla en tu día a día.

Taller III - Herramientas prácticas para aprender el lenguaje del Alma y qué necesita de ti

- Aprende cómo se comunica el Alma contigo.
- Adquiere diferentes recursos para descifrar el Lenguaje del Alma, algo clave para alcanzar el equilibrio

Lugar y horario

📍 Centre MoviMent
Carrer Mestre Mesias, 3
Sant Pere de Ribes

📅 Inicio el 6 de Febrero 2025 (modificable bajo acuerdo del grupo)

🕒 **18.00h a 20.00h** (modificable bajo acuerdo del grupo)

Coste

90€ los 3 talleres

Aprovecha un **10% de descuento** si pagas antes de 1 semana del inicio: **81€**

Forma de pago:

- Bizum al 680.451.266 o Efectivo
- Nombre: Asmara Cipriano
- Concepto: indica tu nombre y primer apellido

Inscripciones

Tres opciones:

1. Envía un email a info@asmaracipriano.es
2. Envía confirmación por WhatsApp [680.451.266](https://wa.me/680451266)
3. Formulario de inscripciones en la web [Talleres Vivenciales / Servicios | A.C. | Auto Conocimiento](#)

Inscríbete hoy mismo mediante este formulario

Nombre *

Dirección de correo electrónico *

Quiero inscribirme *

- Conferencia
 Ciclo 12 talleres

Mensaje *

Enviame una copia

Enviar formulario



Ubicación

Carrer Mestre Mesias, 3
08810 Sant Pere de Ribes
Centre MoveMent