



ENCUENTRO

26 y 27 de SEPTIEMBRE

MUJERES A LA FRESCA



PLENTZIA, BARRIKA. BIZKAIA

CAMINATAS | NATURALEZA | GOZO | TRIBU

Con Carmen Cuní Y Susie Sue Chispitas





En esta **2.ª** edición de **Mujeres a la Fresca** te proponemos una experiencia de uno o dos días —tú eliges— para **caminar, cuidarnos, escucharnos y compartir** desde lo que cada una es.

Esta vez, la **naturaleza** que nos rodea será nuestro escenario y también parte de la experiencia. Uniremos nuestras distintas formas de acompañar para ofrecerte un espacio-tiempo íntimo en el que puedas **gozar, descansar, escucharte y ser tú misma.**

Un lugar donde sentirte sostenida por nosotras, por la naturaleza que habita en ti y por la que nos acompañará en cada paso de las caminatas.





¿QUÉ HAREMOS?

- Caminar en la naturaleza, baños de mar.
- Prácticas de autocuidado corporal y emocional.
- Zhènénɡ Qìɡōng, a través de caminatas de Qì, en las que cultivar el silencio de corazón, observar, escuchar, sentir; armonizar el propio Campo, el de todas; levantar y verter el Qǐ, y así abrir nuestras membranas y llevar nuestra energía vital adentro de nosotras.
- Abrir nuestro corazón, nuestra voz.
- Compartir sobre el momento de vida de cada una.
- Tacto amable con una misma.
- Conversaciones claras sobre climaterio y menopausia.
- Disfrutaremos del amanecer y el atardecer.





¿DÓNDE?

En Barrika, Plentzia (BIZKAIA)





¿QUIÉN SOMOS?



Carmen Cuní

Divulgadora, facilitadora y acompañante de mujeres en etapa de climaterio y menopausia. Facilitadora de TRD (Terapia Reversión del Dolor) y doula de la muerte.

Susie Sue Chispitas

Observadora del camino de Vida y la Muerte, te acompaño en tu acompañarte, a través del cultivo de la Amabilidad con una misma, el Zhìnéng Qìgōng, la voz, el recordar y la belleza natural que surja de nuestros encuentros.



MÁS DETALLES

Horario

Del amanecer al atardecer
de 8h a 20h

Precio

70 € por día
Puedes asistir uno o los dos días.

Comida

Comida para compartir entre todas.

Carmen 622018479
Susie 623046100

@carmen.cuni / www.carmencuni.com
@amableconmigomismamindfulness

