ENCUENTRO

28 AL 31 DE MAYO 2027

MUJERES A LA FRESCA

MENORCA

CAMÍ DE CAVALLS | NATURALEZA | GOZO | TRIBU

Con Carmen Cuní Y Susie Sue Chispitas



En esta **3.ª edición de Mujeres a la Fresca**, nos vamos a la isla bonita: **MENORCA.** Te proponemos una experiencia de cuatro días en la que caminaremos juntas por el **Camí de Cavalls,** descubriendo algunos de sus rincones más mágicos, recorriendo senderos junto al mar, acercándonos a **calas escondidas** y dejándonos envolver por sus **aguas cristalinas** y sus infinitos tonos de azul.
Caminaremos al encuentro de los **amaneceres** y los **atardeceres**, sentiremos la brisa marina, nos bañaremos en sus aguas y nos dejaremos acariciar por la **naturaleza mediterránea** que hace de Menorca un lugar tan especial.
Cuatro días para caminar, cuidarnos, escucharnos y compartir, desde lo que cada una es y trae consigo.
Esta vez, **la naturaleza de Menorca será nuestro escenario** y también parte esencial de la experiencia.
Uniremos nuestras distintas formas de acompañar para ofrecerte **un espacio-tiempo íntimo, donde puedas gozar, descansar, reconectar contigo, escucharte y, sencillamente, ser tú misma.**
Un lugar donde sentirte sostenida por nosotras, por la fuerza y la belleza de la naturaleza, por el mar que nos abraza y por la **complicidad que nace cuando un grupo de mujeres se encuentra, camina y comparte.**
Cuatro días para volver a ti, dejarte llevar por el ritmo de la isla y recordar el placer de estar viva.

¿QUÉ VIVIREMOS DURANTE ESTOS CUATRO DÍAS?

- **Camí de Cavalls:** caminatas por senderos costeros, descubriendo calas, acantilados y rincones de la Menorca más salvaje.

- **Mar y naturaleza:** baños en aguas cristalinas, momentos de descanso junto al mar y contacto con la tierra.

- **Amaneceres y atardeceres:** encuentros con la luz de Menorca, contemplando cómo despierta y se despide el día.

- **Dormir bajo las estrellas:** vivir la experiencia de descansar al aire libre, junto al mar.

- **Zhìnéng Qìgōng:** caminatas de Qì, silencio de corazón, armonización del campo, Wu Wei, ser con lo que es y relajación existencial.

- **Autocuidado:** prácticas corporales y emocionales. Amabilidad con una misma: observar...se, escuchar...se, sentir...ser, acompañar...se juntas.

- **Círculo de mujeres:** compartir vivencias, abrir nuestra voz y conversar sobre climaterio, menopausia y los momentos de transformación.

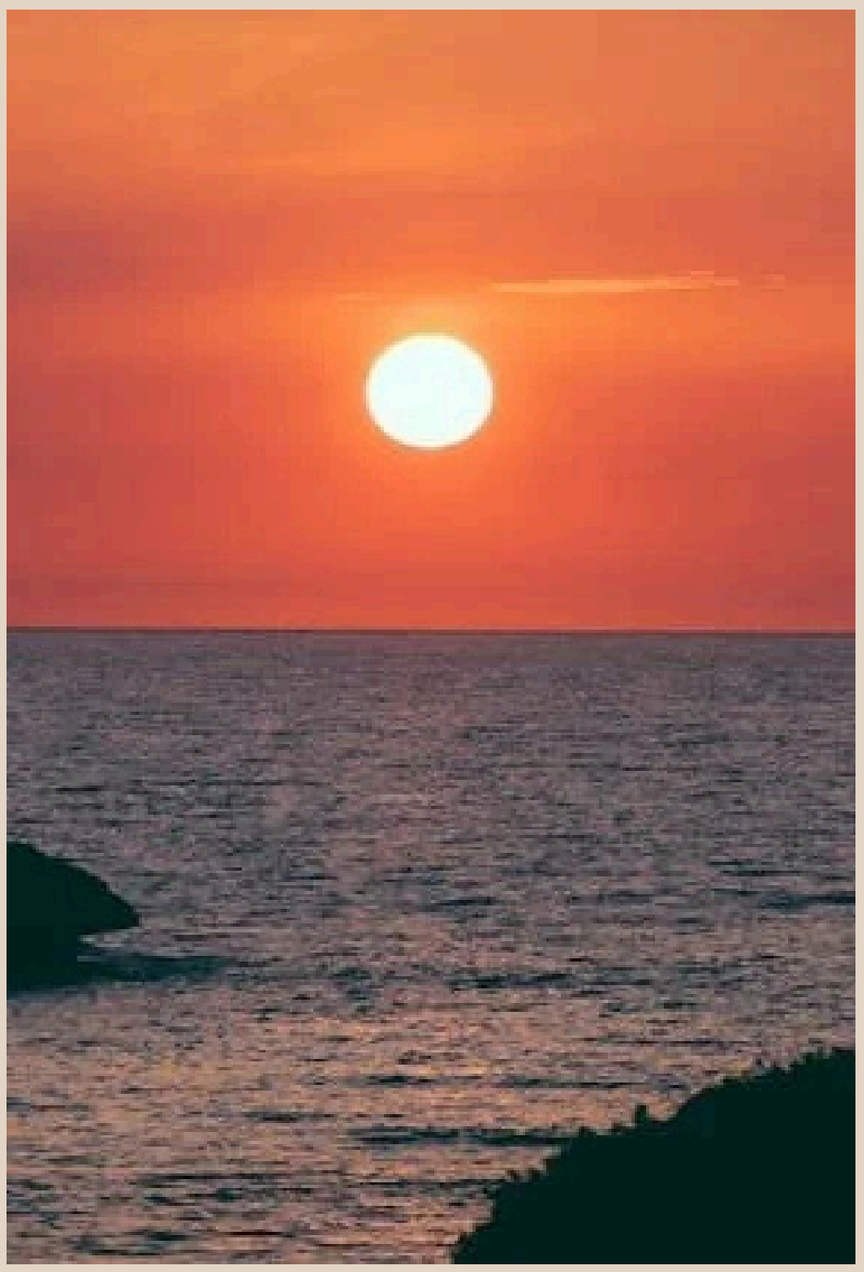
- **Alimentación consciente:** unos días de alimentación sencilla y ligera, pequeños tentempiés para las caminatas y momentos de pausa.

Un tiempo para caminar, explorar, cuidarnos, compartir y dejarnos sorprender por la naturaleza y por todo lo que puede despertar en nosotras.

¿DÓNDE?

MENORCA







¿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.

FECHAS

del 28 al 31 de mayo 2027

incluye: comida de llegada y del último día, tentempiés, agua y vehículo de apoyo durante la aventura

precio

400€

no incluye: billete avión o barco

+ info y reserva

Carmen 622018479

Susie 623046100

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