

Despertando juntos

Un retiro urbano para transformar tus relaciones

¿Sientes que, aunque estás rodeado de personas, no logras conectar de verdad? Esa sensación de distancia, de no poder ser realmente tú, es más común de lo que imaginas. Vivimos en un mundo que nos empuja a la desconexión: pensamos mucho, sentimos poco y nos cuesta mostrarnos sin miedo. Este retiro te ayudará a cambiar eso.

Despertando Juntos es un taller diseñado para ayudarte a explorar tus vínculos desde la autenticidad, integrando cuerpo, emociones y relaciones en un espacio seguro y respetuoso. Durante un fin de semana, trabajaremos la presencia, la confianza y la capacidad de establecer relaciones más genuinas y conscientes.

Conoce a quiénes te acompañarán durante el taller



Romina Rama

Experta en Constelaciones Familiares y procesos de transformación.



Alejandro de la Traba

Psicólogo especializado en trauma, Somatic Experiencing y Terapia focalizada en la emoción.



Henar López

Especialista en embodiment y conexión corporal para el bienestar emocional.

Un retiro que cambiará la forma en que te relacionas, guiado por expertos en un ambiente seguro y acogedor.

Programa del taller

Sábado, 26 de abril 2025:

- **10:00 – 12:00 | Bienvenida al vínculo:** Iniciaremos la mañana creando un entorno seguro y cuidado, reflexionando juntos sobre cómo nos relacionamos emocionalmente y las dinámicas que influyen en nuestras conexiones.
- **12:15 – 14:30 | Embodiment:** Conexión corporal con mi existencia y la existencia del otro con Henar López.
- **16:00 – 20:00 | Constelaciones Familiares:** En esta poderosa dinámica, exploraremos los vínculos clave de nuestra vida (pareja, familia, amistades, laborales) para ganar claridad, liberar cargas y abrirnos a nuevas formas de relacionarnos con Romina Rama.

Domingo, 27 de abril 2025

- **10:00 – 11:00 | Compartir Grupal:** Ofreciendo mi experiencia por Alejandro de la Traba.
- **11:15 – 13:30 | Sanando el vínculo:** Una experiencia transformadora guiada por con Alejandro de la Traba y Henar López para reconciliarnos con asuntos no resueltos de nuestra historia, a través de somatic experiencing y el movimiento auténtico.
- **13:45 – 15:00 | Integración y Cierre:** Cerraremos este viaje integrando todo lo vivido en un espacio de reflexión, conexión y despedida grupal.

Un fin de semana **transformador** guiado por expertos en un entorno seguro y cercano.
Inscríbete ahora y no dejes pasar esta oportunidad única.

» Pulsa aquí

¿Por qué asistir?

Este taller es para ti si sientes que, a pesar de rodearte de personas, tus relaciones no son tan auténticas como te gustaría. Trabajaremos en la confianza, la presencia y la expresión emocional para ayudarte a conectar de una forma más genuina, sin miedo al juicio ni a las expectativas.

- **Fecha:** 26 y 27 de abril de 2025
- **Ubicación:** Centro Amorati. C. de Carmen Garrido Pérez, s/n, Cdad. Lineal, 28017 Madrid
- **Reserva ahora** y accede al precio especial antes de que suba
- **Solo 20 plazas para una experiencia única de transformación personal**

Precio especial
145€

Precio normal
195€