

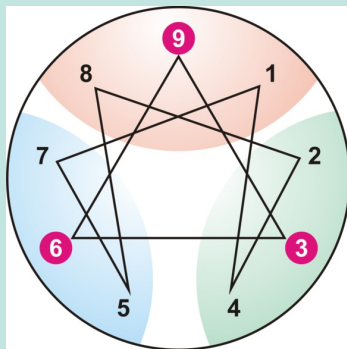


Actividades Sophia abril 2018

Charlas y talleres

TALLER:

El eneagrama de la personalidad - Nivel I



Se desarrollará en profundidad cada uno de los eneatis tipos analizando sus tres niveles: insano, medio y sano, con la finalidad de conocer el camino de transformación y evolución de cada eneatis tipo aplicado a nosotros mismos y a los demás. Realizaremos prácticas de reconocimiento de eneatis tipos y aprenderemos cómo relacionarnos con ellos y entre ellos.

Martes 3, 10, 17 y 24 de abril de 19:30 a 21:30 h.

+info

CHARLA:

Cambia tu mente, cambia tu realidad

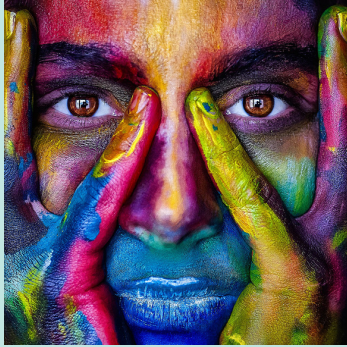
Descubre el potencial de la mente y su poder para crear tu propia realidad.

A cargo de Antonio Marí, Formador de Formadores, Coach, Facilitador Certificado en el modelo Bridge® de comunicación relacional. Es director y formador en Educir y en el Centro de Estudios Sophia.



Jueves 5 de abril a las 20h.

[+ info](#)



TALLER: CoNeCt-ArTe

Utilizar el arte como un trampolín hacia ti, en donde podrás disfrutar con unas técnicas artísticas que simbólicamente representan tu propio mundo interior y te llevarán en un viaje de colores, formas y sensaciones al reencuentro contigo mism@. "Libera tus ganas de conectarte desde tu propia energía creativa. El arte es único e irrepetible, igual que cada momento, igual que tú"

Sábado 7, 14 y 21 de abril de 18:30 a 21:00 h

[+ info](#)

TALLER: Mindfulness para una vida plena y feliz Nivel I

"Mindfulness para una vida plena y feliz" es un taller de cuatro sesiones, donde se integran prácticas de Mindfulness con los últimos trabajos en psicología e investigaciones neurocientíficas, que avalan los beneficios de una vida equilibrada en conexión con uno mismo, con los demás y con la Vida.

Se han abierto dos horarios a elegir:

Miércoles 11, 18, 25 de Abril y 2 de Mayo de 2018 de 10:00 a 12:00h.
o Miércoles 11, 18, 25 de Abril y 2 de Mayo de 2018 de 20:30 a 22:30h.

[+ info](#)



RETIRO:

Retiro de meditación y mindfulness en Sant Honorat



Integraremos prácticas meditativas de gestión emocional y del estrés, con meditaciones contemplativas destinadas a cultivar el amor, la compasión y el cuidado hacia uno mismo para momentos o situaciones difíciles. Combinaremos estas prácticas con tiempos de silencio, movimiento consciente, meditaciones caminando, “mindful eating”... saboreando los silencios, el compartir experiencia y el momento presente, en el aquí y en el ahora.

Fin de semana del 13, 14 y 15 de Abril
Comienzo del retiro el viernes día 13 de 18'30 a 20 y
finalización el domingo 15 a las 13 h., antes de la comida.

Precio: 170€ en habitación individual

[+ info](#)

TALLER:

Sabiduría práctica

Porque todos queremos saber cómo gestionar mejor nuestras vidas y ser más felices. Y para eso necesitamos claves teóricas y herramientas prácticas de autoconocimiento que nos ayuden a desarrollar plenamente todas nuestras capacidades y despertar una nueva mirada, más sabia y luminosa. Porque...
... no vemos la vida tal y como es, sino tal y como somos.



PRÓXIMO INICIO: Martes 17 de Abril a las 19:30 h.

[+ info](#)

CHARLA- PRESENTACIÓN:

Taller de teatro: Expres-Arte



A cargo de Pepa Vélez, licenciada en arte dramático, actriz, rapsoda y profesora del CES.

El taller será totalmente práctico y todos los contenidos de las clases se usarán para utilizarlos en los ensayos de la obra de “Cuentos de magia y misterio”, que se estrenará el 15 de Junio

Jueves 19 de abril a las 20:00h.

[+ info](#)

TALLER: Taller de teatro Expres-Arte

El taller será totalmente práctico y todos los contenidos de las clases se usarán para utilizarlos en los ensayos de la obra de “Cuentos de magia y misterio”, que se estrenará el 15 de Junio.

Sábado 28 de abril , 5, 12, 19 y 26 de mayo, y 2 y 9 de junio

[+ info](#)



En cumplimiento de la Ley de Servicios de la Sociedad de la Información y del Comercio electrónico 34/2002 de 11 de julio y de la Ley Orgánica de Protección de Datos 15/1999 de 13 de diciembre, La Fundación Sophia. le informa de que su dirección de correo electrónico ha sido obtenida de nuestros ficheros que se encuentran debidamente inscritos en la Agencia Española de Protección de Datos. Para ejercer sus derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición, puede dirigirse por escrito acompañando de una copia de su DNI en C/ Jaime Ferrer, 3. 07014 Palma de Mallorca. Islas Baleares. Si no desea recibir más comunicaciones puede darse de baja e enviando un correo a la siguiente dirección a la misma dirección. Este mensaje se dirige exclusivamente a su destinatario. Contiene información CONFIDENCIAL sometida a secreto profesional cuya divulgación está prohibida por la ley

Puedes darte de baja de este servicio haciendo click [aquí](#)

Fundación Sophia Mallorca, C/ Jaime Ferrer 3 Palma de Mallorca
Teléfono: 971 721 555 - E-Mail: info@fundacionsophia.com