

Gratitud

HAKOMI · MINDFULNESS RELACIONAL
11-12 DICIEMBRE



PARA SABER MÁS SOBRE EL PROGRAMA
WWW.PSICOLOGABILBAO.COM
INFO@PSICOLOGABILBAO.COM
696847852

Gratitud

HAKOMI · MINDFULNESS RELACIONAL
11-12 DICIEMBRE



WWW.PSICOLOGABILBAO.COM

HAKOMI

Gratitud

MINDFULNESS
RELACIONAL



CURSO MULTINIVEL
PRESENCIAL
EN CASTELLANO

RECONECTAR
CONCIENCIA
SERENIDAD

APORTACIÓN
180€
150€ PRONTO PAGO

11 - 12
DICIEMBRE

ÚNETE A NOSOTROS EN
DICIEMBRE EN PLENA
NATURALEZA



PARA SABER MÁS SOBRE EL PROGRAMA
WWW.PSICOLOGABILBAO.COM
INFO@PSICOLOGABILBAO.COM
696847852

Gratitud

11-12 DICIEMBRE
SOPELA · BIZKAIA

HAKOMI - MINDFULNESS RELACIONAL
PRESENCIAL EN CASTELLANO



En estos tiempos complejos llenos de incertidumbre y de cambio, sabemos que mantenernos conectad@s con la Gratitud es una de las mejores maneras de cultivar la salud y el bienestar mental y emocional. En este taller podrás tener experiencias que te permitirán reconectar, reconocer y agradecer lo que sí hay en tu vida.

Este taller es una oportunidad para cerrar el año 2021 agradeciendo y abrirnos a recibir el 2022 con un estado de la mente abierto y renovado.

- Y te preguntarás ¿cómo podemos reconectar con la Gratitud?
- A través de Hakomi o mindfulness relacional y la sabiduría de nuestro cuerpo.
- Se trata de una técnica que mediante pequeños experimentos en Mindfulness, ofrece la posibilidad de autoestudio y de observar nuestros hábitos de percepción. La toma de conciencia de nueva información personal cambia la mirada, da opciones y la posibilidad de elegir.
- En definitiva, nos hace más libres.
- Cuando la mente calla, el corazón hace el trabajo.



El taller lo ofrecen:
Teresa García Hubard (México), Entrenadora Internacional de Hakomi, Psicóloga Clínica y escritora, y contará con la asistencia de **Susana García Sellarés (Bilbao)**, Psicóloga Sanitaria y Psicoterapeuta.

WWW.PSICOLOGABILBAO.COM



HAKOMI

Gratitud

MINDFULNESS
RELACIONAL



MULTINIVEL: NO ES NECESARIO EXPERIENCIA PREVIA
LUGAR: MARA-MARA GATZARRIÑE, 60 SOPELA · BIZKAIA
HORARIO: 10:00-14:00 / 15:30-18:30

RESERVA TU PLAZA:

150€ -- ANTES DEL 11 NOVIEMBRE

180€ -- 12 NOVIEMBRE AL 9 DE DICIEMBRE

ÚNETE A NOSOTRAS EN
DICIEMBRE EN PLENA
NATURALEZA



PARA SABER MÁS SOBRE EL PROGRAMA
WWW.PSICOLOGABILBAO.COM
INFO@PSICOLOGABILBAO.COM
696847852

Gratitud

HAKOMI MINDFULNESS RELACIONAL
11-12 DICIEMBRE
BILBAO

PRESENCIAL

150€

PRONTO PAGO



Teresa Garcia Nubard

DESDE MEXICO

ENTRENADORA INTERNACIONAL DE HAKOMI



Susana Garcia Sellares

DESDE BILBAO

ASISTENTE DE HAKOMI

ÚNETE A NOSOTRAS EN
DICIEMBRE EN PLENA
NATURALEZA



PARA SABER MÁS SOBRE EL PROGRAMA

WWW.PSICOLOGABILBAO.COM

INFO@PSICOLOGABILBAO.COM

696847852

Gratitud

HAKOMI MINDFULNESS RELACIONAL
11-12 DICIEMBRE
BILBAO

PRESENCIAL



Teresa Garcia Nubard

DESDE MEXICO

ENTRENADORA INTERNACIONAL DE HAKOMI



Susana Garcia Sellares

DESDE BILBAO

ASISTENTE DE HAKOMI

ÚNETE A NOSOTRAS EN
DICIEMBRE EN PLENA
NATURALEZA



PARA SABER MÁS SOBRE EL PROGRAMA
WWW.PSICOLOGABILBAO.COM
INFO@PSICOLOGABILBAO.COM
696847852

Gratitud

HAKOMI MINDFULNESS RELACIONAL
11-12 DICIEMBRE
BILBAO

PRESENCIAL



Teresa Garcia Nubard

DESDE MEXICO

ENTRENADORA INTERNACIONAL DE HAKOMI

ÚNETE A NOSOTRAS EN
DICIEMBRE EN PLENA
NATURALEZA



PARA SABER MÁS SOBRE EL PROGRAMA
WWW.PSICOLOGABILBAO.COM
INFO@PSICOLOGABILBAO.COM
696847852

Gratitud

HAKOMI · MINDFULNESS RELACIONAL
11-12 DICIEMBRE



WWW.PSICOLOGABILBAO.COM