masaje emocional

CíRCULO DE MUJERES

Los círculos son encuentros de mujeres en un espacio cuidado y seguro, donde poder compartirnos en libertad, sin juicio, desde el respeto y la comprensión. Un espacio para poder ser y sentir desde nuestra esencia.

Entre mujeres, nos apoyamos y nutrimos en afecto, sabiduría, conexión y sororidad… hablando, riendo, jugando, danzando... Y eso genera cambios profundos.

Lo haremos a través de ruedas de palabra, dinámicas corporales y psicoterapéuticas, danzas, meditaciones y rituales para generar hábitos saludables, que potenciarán la autoestima, el bienestar emocional y el crecimiento personal.