

TALLER 21 DE MARZO

Comunicación consciente: escuchar a nuestr@ niñ@ para comunicarnos desde el adulto

Un taller para descubrir desde qué lugar te comunicas con las personas más importantes de tu vida. ¿Hablas desde la herida del niño o la niña que aprendió a callar o buscaba aprobación? ¿O puedes expresarte desde el adulto que reconoce sus emociones y necesidades y pone límites de forma sana?. **Un espacio seguro para recuperar tu voz y aprender a comunicar con claridad, presencia y verdad.**



Nuestra voz es un puente entre nuestro interior y nuestro exterior:

- ✓ **Meditación guiada**
- ✓ **Parte teórica:** heridas de la infancia y cómo determinan la forma en la que me comunico
- ✓ **Dinámicas** para comunicar de forma consciente y segura
- ✓ **Ejercicios y dinámicas** de sanación y liberación de la voz

Fecha: sábado 21 de marzo, 10:30h a 18:00h (1 hora para comer).
Centro Natusalus, Calle Juan de Urbietta 13, Local 14, Madrid

Aportación taller: 70€ (necesario reservar plaza bizum de 20€, contactar con Marian: 605 30 91 17)

Dirige el taller: Marian Moure, comunicación consciente

