



## Taller: La magia de ser mujer.

¿Qué podría ocurrir si las mujeres empezaran a incorporar sus dotes femeninas en la sociedad o en su lugar de trabajo...?. ¿Y si nos decidiésemos a emplear nuestra antigua sabiduría, nuestra intuición, nuestra compasión, nuestra generosidad, nuestra complicidad, nuestro sentido del trabajo en equipo, nuestra capacidad de arriesgarnos, nuestra creatividad y nuestra capacidad de descubrir nuevas formas de hacer las cosas...?

**En este taller te invitamos a que descubras todo tu potencial femenino y lo pongas a tu servicio, contribuyendo así a mejorar tu bienestar y el de tu entorno.**

Ama y honra a tu madre.  
Ama tu cuerpo  
Ama tu feminidad

### TEMAS BÁSICOS:

#### Honrar a la madre

Como representación de nuestro potencial femenino y como dadora de vida.

#### Tu cuerpo.

¿Qué partes de mi cuerpo no me gustan ?

¿Qué puedo agradecerle a mi cuerpo ¿

¿Cómo intervienen los aspectos masculinos y femeninos en mis posturas?

#### Tu feminidad

Reconocer y reflexionar como te mueves en tu vida diariamente, ¿qué aspectos (masculinos, femeninos) predominan más y en que esferas?

Potenciar los aspectos femeninos "que yo no veo".

## ¿QUÉ BENEFICIOS PUEDES ENCONTRAR?

- Reconciliación con tu linaje femenino.
- Disfrutar de sentirte mujer.
- Reconocer y equilibrar tus partes femeninas y masculinas.
- Aumentar tu confianza.
- Más aceptación de tu cuerpo.
- Tomar más consciencia de tus dones.
- Contactar con tu parte espiritual.
- Disfrutar de paz interior.
- Y sobre todo divertirse y descubrir la complicidad entre mujeres.

### Metodología.

Exposición de conceptos teóricos. Ejercicios y juegos experienciales individuales y grupales. Técnicas de meditación y Visualización.

**Inicio y Duración.** Sábado día 2 de abril, de 16 a 20 h.

**Inversión.** 50 €.

**Lugar.** Centro de Salud y Bienestar Aurea's. c/. Sardenya, 261-263 de Barcelona.

**Mar Galindo** se licenció en Ciencias de la Información. Tras una larga experiencia profesional en organizaciones asistenciales y empresas del sector de hostelería, en las que tuvo la oportunidad de organizar y dirigir grandes equipos de trabajo, decidió dar un giro a su carrera para encajarla con su verdadera pasión y su mayor habilidad: detectar las mejores cualidades de cada persona, y ayudarla a potenciarlas y sacarles el máximo rendimiento.



Su formación como *Coach* Personal, Master en *Programación Neurolingüística*, *EFT-Tapping* (Técnica de Liberación Emocional), *Terapeuta Floral* y experta en *Competencias Comunicacionales*, junto con su personalidad y su propia trayectoria vital, la convierten en una excelente profesional especializada en el crecimiento personal.

Actualmente compagina la formación con sesiones individuales y grupales de coaching. [www.margalindo.com](http://www.margalindo.com)

Desde 2008, forma parte del equipo fundador de agima, empresa social comprometida con el desarrollo de las mujeres. [www.agima.es](http://www.agima.es)