

formación

EL GRAN VIAJE DE SER MUJER

PAMPLONA

oct 2018 - jun 2019

Mónica Felipe-Larralde
Hortensia Carrer
Rut Iturbide
Amalia Castro Menéndez
Lara Castro-Grañén
Patricia Merino Murga
Sophia Style
Carmen Enguita



Siento que ser mujer es un apasionante viaje de descubrimiento, tanto de mí misma como del entorno que me rodea.

Esta es una invitación al viaje de lo que para mí representan las grandes claves para entenderme y atenderme como mujer, de la mano de 8 gran-Diosas mujeres cuya misión de vida es compartir una mirada distinta de lo que significa ser mujer hoy aquí.

Amaia Ariztegui
Coordinadora SER MUJER el gran viaje

"En las culturas celtas a la joven doncella se le consideraba la flor, la madre el fruto, y la mujer mayor la semilla. La semilla es esa parte que contiene en su interior el conocimiento y el potencial de todas las demás partes."

Christiane Northrup
Cuerpo de Mujer, Sabiduría de Mujer

LA
DONCELLA
la flor

27-28 OCT 2018

**LA HIJA, LA MADRE,
LA MUJER**

MÓNICA FELIPE-LARRALDE

24-25 NOV 2018

**EL PROFUNDO Y
MARAVILLOSO ENCUENTRO
CON LO MASCULINO**

HORTENSIA
CARRER-BLANDIN

12-13 ENE 2019

**LA CONSTRUCCIÓN DEL
AMOR ROMÁNTICO**

RUT ITURBIDE

LA
MADRE
el fruto

9-10 FEB 2019

**LAS EMOCIONES QUE
ME MUEVEN**

AMALIA CASTRO
MENÉNDEZ

9-10 MAR 2019

LA SEXUALIDAD

LARA CASTRO-GRANÉN

6-7 ABR 2019

**LO PERSONAL ES POLÍTICO,
LA EXPERIENCIA DE LA
MATERNIDAD**

PATRICIA MERINO

LA MUJER
SABIA
la semilla

11-12 MAYO 2019

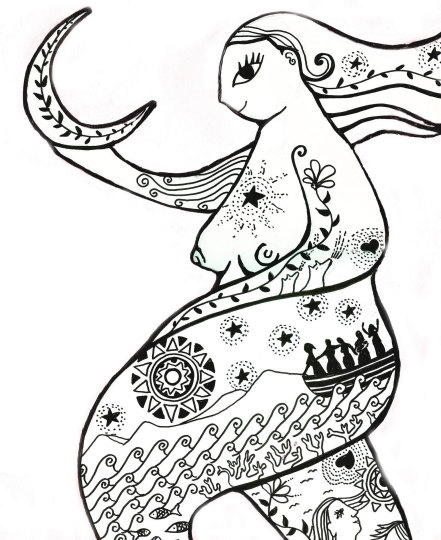
**PLANTAR LA SEMILLA;
CREACIÓN DE TU PROPIO
PROYECTO**

SOPHIA STYLE

8-9 JUN 2019

**TEJIENDO SABIDURÍA,
EL PASO DEL UMBRAL**

CARMEN ENGUITA



27-28
OCT
2018

La Hija - La Madre - La Mujer

Un curso de profundización de la experiencia de ser mujer en esta sociedad. A través de dinámicas especialmente creadas para nosotras, a lo largo de un día y medio, iremos trabajando las diferentes figuras de referencia vital.

Como mujeres que hemos crecido en una sociedad patriarcal nos hemos visto expuestas, desde pequeñas, a la sumisión y a la crítica cuando no entrábamos en el estrecho margen que se nos ofrecía como modelo, con la consecuente sensación de inadecuación. Y, lo que es peor, no hemos llegado a contactar con toda la fortaleza y la sabiduría que reside en nuestro interior.

Revisaremos el patrón como niñas que creamos con nuestra madre, las creencias heredadas de nuestra madre y, por último, nos acogeremos a la mujer de poder que hay dentro de cada una de nosotras.

Mónica Felipe-Larralde

Soy licenciada en Derecho por la Universidad de Granada (UGR). Experta en Género y Salud por la UGR y la Escuela Andaluza de Salud Pública (Consejería Salud de la Junta de Andalucía) y Experta en Comunicación por la UGR. Formada en relajación para adultos, niños y niños con necesidades especiales por la Universidad de Granada. Formada como terapeuta transpersonal por la EEDT. Madre de una hija nacida en 2004 y un hijo nacido a finales de 2013.



24-25
NOV
2018



El profundo y maravilloso encuentro con lo masculino

Hoy en día la relación de pareja es un lugar de transformación personal. Para ello es necesario tener en cuenta que tanto ellos como nosotras tenemos abierta la herida de la cultura en la que vivimos y, al igual que en el mito del Rey Pescador, sólo la sanaremos en la medida que se restaure la conexión instintiva y espiritual con nuestra propia pareja interior.

Con este propósito te invito a explorar en lo íntimo y personal, prácticas y conocimientos de temas como nuestras creencias, dinámicas y patrones relacionales, emociones vs. sentimientos, expectativas, fusiones y confusiones, sueños vitales y ensueños, proyecciones, ilusiones y puestas en realidad de nuestra relación con lo masculino.

Hortensia Carrer

Psicóloga, Analista Junguiana, Consteladora Familiar. Especialista en el tema sobre lo Femenino. con más de 35 años de experiencia profesional. Co-fundadora de la Sociedad Venezolana de Analistas Junguianos. Miembro de la Sociedad Internacional de Analistas Junguianos (IAAP). Docente de la Escuela Europea de Filosofías y Psicoterapias (EEPA). Tiene su consulta privada en Barcelona.



12-13
ENE
2019



La construcción del amor romántico

Trataremos la utopía romántica reflexionando sobre cuál es el modelo hegemónico existente en las relaciones de amor en parejas heterosexuales y las consecuencias que éste tiene, principalmente para mujeres y también para hombres.

Trabajaremos esa parte que se nos amarra en las entrañas, que parece muy propia y que supuestamente construye nuestros deseos y nuestro miedos, también el de la soledad.

Rut Iturbide

Doctora en Ciencias Humanas y Sociales. Licenciada en Derecho, Diplomada en Trabajo social. Experta en género y técnica de igualdad. Realicé mi tesis doctoral sobre la utopía romántica, porque no entendía que sucedía en mí y en las mujeres que me rodean cuando nos perdíamos en nuestras relaciones de pareja... 6 años de trabajo posterior, me dan ciertas pistas...



9-10
FEB
2019



Las emociones que me mueven: miedo, tristeza, rabia y alegría

Cuando nuestra encrucijada interna no es un lugar de encuentro sino de desencuentro, los pensamientos van en una dirección, las emociones, sentimientos y afectos en otra, ¿qué necesito atender? ¿Cómo reconocer las emociones que me mueven y mueven mi vida? Cuando aprendo poco a poco a vivir la emoción, puedo dejar atrás la conmoción. A partir de su comprensión las in-corporo (en el cuerpo), las integro y me apoyo en la fuerza que me dan.

Os propongo un viaje de exploración de las cuatro emociones básicas (miedo, tristeza, rabia, alegría) que nos permita descubrir y comprender sus causas y los mecanismos que las hacen disparar; un viaje corporal que nos ayude a responsabilizarnos de nuestro mundo emocional y no dejarnos arrastrar por la “emocionalidad” del otr@; que nos ayude a discernir entre cuidar-cuidarnos e intentar salvar, de manera que honremos nuestra feminidad, nuestro sabio cuerpo interno, nuestros matices y sutilezas, nuestras complejidades y vulnerabilidades.

Amalia Castro Menéndez

Directora del Centro de Salud Vital Zuhazpe y coordinadora del área de salud emocional. Especialista en diversas técnicas psicocorporales y terapias humanistas. Formada en psicoterapia corporal bioenergética, psicoterapia gestalt, coaching coactivo, constelaciones familiares y facilitación sistémica.



9-10
MAR
2019

La sexualidad

Desde una visión femenina y adaptada a la mujer actual, en este taller veremos cómo incrementar la satisfacción sexual, vivir libremente nuestro placer y conectar con nuestra sexualidad y con nuestro cuerpo erótico. Ese cuerpo que es nuestra conexión física con el mundo y que tantas veces recibe nuestra peor parte. Necesitamos acercarnos a él desde el amor y agradeciéndole todo lo que no aporta continuamente. Partiendo de la autorreflexión de cómo estamos viviendo actualmente la sexualidad, definiremos nuestras metas e iniciaremos nuestra andadura por el camino del placer. Atendiendo los pensamientos y creencias, emociones, sentimientos y sensaciones que aparezcan en cada uno de nuestros pasos y profundizando en distintas prácticas y ejercicios que nos conectan con nuestra energía sexual y con nuestro poder femenino. A lo largo de la historia se ha intentado silenciar toda esta energía sexual a través de emociones como la culpa o el miedo para controlar a la sociedad. En este taller vamos a empezar a liberarnos de estas cadenas y a despertar todo este potencial que tenemos en nuestro interior y que nos conecta con la creatividad y la fuerza y nos empodera enormemente.

Lara Castro-Grañén

Psicóloga, sexóloga y formadora. Especializada en Crecimiento Erótico y Sexual. Directora de la Escuela de Sexualidad del Institut Gomà. Directora y Fundadora de Placer ConSentido. Autora del cuaderno-libro Placer ConSentido.



6-7
ABRIL
2019



Lo personal es político, la experiencia de la maternidad

Hablaremos de los aspectos sociales, políticos y económicos de la maternidad. Ser o no ser madre en nuestras sociedades del capitalismo tardío es una decisión siempre condicionada por una serie de cuestiones que tienen que ver con el poder, con el acceso a los recursos y con el reconocimiento social. Hoy, las llamadas “políticas de conciliación” se articulan en torno a la protección del empleo de las mujeres y las demandas del mundo laboral, y dejan de lado el bienestar del bebé y los deseos de las madres.

Veremos cómo podría organizarse una crianza entrañada desde un paradigma no patriarcal.

Patricia Merino Murga

Autora del libro Maternidad, Igualdad y Fraternidad y madre de una adolescente. Ha realizado estudios de Bellas Artes, Traducción y Antropología, y se formó en feminismo con el máster de la UCM fundado por Celia Amorós.



11-12
MAYO
2019



Plantar la semilla: creación de tu propio proyecto

Después de mirarnos por dentro y por fuera a lo largo del curso, se irán gestando muchas preguntas, y algunas respuestas en nuestro interior. Este fin de semana Sophia compartirá su experiencia y sabiduría para plantar una semilla en el mundo, para darle forma a un proyecto personal. Será desde lo femenino que habita en nosotras, teniendo en cuenta nuestra ciclicidad y aprovechándola a nuestro favor. La fuerza femenina que está en el interior de cada una. La semilla que guarda el potencial de lo que somos. Sin importar tu momento vital o en qué fase de tu proyecto personal estés, o dicho de otro modo, sin importar en qué momento de germinación o despliegue esté tu semilla, Sophia ofrecerá ideas para cuidar de ella y hacer que crezca. Nos inspiraremos de los arquetipos femeninos y de la metáfora de un árbol frutal.

Sophia Style

Sophia es antropóloga, escritora y facilitadora de talleres para mujeres. Mujer conectada con sus ciclos, su naturaleza, y la naturaleza y sus ciclos. Es creadora del proyecto Mujer Cíclica, que nace del deseo de compartir todo lo que le ha servido en su camino de transformación como mujer, tanto a nivel personal como en la experiencia de facilitar grupos y de emprender en femenino. Actualmente ofrece varias formaciones online, entre ellas "*Emprender con el Corazón: de la semilla al fruto.*"



8-9
JUNIO
2019



Tejiendo sabiduría, el paso del umbral

Un delicioso taller íntimo y nutritivo, en el que exploramos otra manera de vivir el paso a la mujer madura, rescatando la poderosa riqueza que se esconde tras el umbral. Una invitación a cultivar el espíritu joven y el alma sabia, liberándonos de los estereotipos limitantes que influyen nuestro comportamiento y la manera en que vivimos la transformación de nuestro cuerpo. Pasando de una irradiación física a una irradiación que viene del interior, magnética y enraizada.

Descubriremos maneras de crear salud y vitalidad, para una regeneración a nivel físico y emocional a través de un vaciamiento previo, que permite vivir de manera más acorde con los valores que nos atraen en esta etapa.

Carmen Enguita

Pionera y precursora de lo que fue el movimiento de conciencia que arrancó en España a inicios de los 80. Tras experimentar las cualidades de lo masculino —dirección, éxito, influencia— surgió la necesidad interna de despojarse, reinventarse y permitir emerger las cualidades de lo femenino —el fluir, la escucha, la creatividad, el no tiempo. Desarrollando una maestría en el juego de las polaridades y sus cualidades, que nutriría, desde entonces, su trabajo y sus talleres, orgánicos, vivos y en evolución permanente. Bebiendo de su larga investigación y práctica ha desarrollado excepcionales talleres sobre femineidad y sexualidad. Toda una artista en el arte de la excelencia de lo cotidiano.



Este viaje es vivencial, dinámico y experiencial
donde tomaremos la fuerza del círculo,
de lo que nos une como mujeres.

Los círculos de mujeres son lugares seguros donde descansar del
juicio, de la máscara social aprendida,
para conectar profundamente con nosotras mismas y
con las mujeres que nos rodean.

Un espacio donde sentir la fuerza de la vulnerabilidad,
donde podamos sentirnos libres de hablar desde el corazón,
donde poder encontrarnos y pertenecer,
por el mero hecho de Ser.

Especialmente diseñado para mujeres
de espíritu aventurero en búsqueda
de sí mismas.

¿Te unes a nosotras?



HORARIO: Sábado
de 9:30-14:30 / 16:30-19:30
y domingo de 9:30-14:30

INSCRIPCIONES:
Amaia Ariztegi
amaiaaf@gmail.com
655 047 535

www.lamujerhabitada.com

