

Conecto Recuerdo Sano
con la Naturaleza

RETIRO

Día Sanando

18 de sep 2022

Vereda Arenillo
Manizales Colombia

www.sanandomanizales.com

R E T I R O D Í A S A N A N D O

En medio de la naturaleza tendremos una experiencia profunda de habitarnos, conectarnos y desintoxicarnos; recordando los principios Naturales de nuestro cuerpo físico, emocional y espiritual.

Profundizaremos en el enfoque de **Psicomedicina**: de la teoría a la práctica .

"Tu eres el SANADOR y la energía está en la base de toda sanación"

M O M E N T O S

Aire:

Meditación
Respiración consciente

Tierra:

Terapia Corporal
Grounding

Agua:

Rehidratación
Gestión Emocional
Frutoterapia

Fuego:

Ritual de fuego
Sun Gazing



M O M E N T O S

Detox

Nuestro cuerpo se encuentra continuamente atacado por sustancias tóxicas, más intensamente en la época actual. Es debido a esto que es tan importante integrar métodos a nuestra vida que ayuden a fortalecer el sistema inmune y a depurar los órganos internos ...

Nos acompañará María Isabel de 3CONSERVAS quien nos ofrecerá una alimentación consciente a base de deliciosas frutas, llenándonos de vida, energía, y activando nuestros mecanismos de desintoxicación.

3

La desintoxicación es una de las cosas más grandiosas que puedes hacer por ti mismo, vuelve a sentirte vivo! ***Experimenta el poder de las frutas - Detox Natural***

Remedios

M O M E N T O S

Reconexión

Como seres humanos somos en esencia una extensión de la naturaleza. Al vivir en el afán de las grandes ciudades es fácil olvidarse de quienes somos realmente, *¿a qué vinimos? ¿Qué es lo que realmente anhelamos? ¿Qué amamos hacer? ¿Qué nos hace felices?*

En el RETIRO nos encontraremos realizando prácticas ancestrales para reconectar con nuestro interior como lo son:

- Técnica básica de Respiración consciente
- Practica básica de la Meditación - Yoga
- Practica de Grounding
- Practica de Sun Gazing
- Gestión Emocional: Movimiento Auténtico "habitar el cuerpo"
- Cierre Ritual del fuego

Retiro
con
Ritual
de
Cierre

M O M E N T O S

Cierre Ritual del Fuego

Desde tiempos inmemoriales los humanos nos hemos reunido alrededor del fuego para reflexionar y compartir momentos, historias, alimentos, danzas y música. El calor y el brillo del fuego tienen un efecto terapéutico al brindarnos seguridad. Estaremos reunidos alrededor del fuego al culminar el día para así poder transmutar todo aquello que queremos soltar y renovar .



R E C O M E N D A C I O N E S

- Para mejores resultados recomendamos tener una dieta liviana desde el día previo.
- Mantener siempre una adecuada hidratación.
- Evitar el consumo de suplementos, medicamentos o sustancias desintoxicantes/ purgantes desde el día previo.
- Uso de ropa cómoda, venir bien abrigados.
- **IMPORTANTE:** diligenciar previamente el cuestionario de inscripción.
- Reservar el cupo con pago previo del 50%. Para la fecha debe estar cancelado el total del valor.



¿ A Q I E N V A D I R I G I D O E S T E R E T I R O ?

El RETIRO va dirigido a todas aquellas personas, de todas las edades, de cualquier condición de salud, que deseen vivir una experiencia de transformación, sanación y reconexión.

No se requieren conocimientos previos.

Perfecto para seres que están buscando diferentes alternativas **Naturales** para lograr el equilibrio entre mente y cuerpo, activando así la expansión en sus vidas.



L U G A R

EL RETIRO DÍA SANANDO se realizará en la Finca El Rubí, la cual se encuentra en la Vereda el Arenillo, Manizales Colombia.

Durante el RETIRO estaremos en contacto directo con la tierra, los guaduales y árboles. La finca tiene una vista panorámica espectacular estilo mirador que permite contemplar todas las montañas hacia los municipios de Chinchiná y Palestina.

INCLUYE parqueadero.

Si vienes de otra ciudad y deseas alojamiento, en la zona del retiro encontrarás algunos ecohoteles a disposición.

¿ QUIENES SOMOS ?

Sanando, Psicomedicina Natural, es una empresa creada por Fernanda Psicóloga y Omar Médico, la cual ofrece servicios de salud y bienestar desde un enfoque holístico y alternativo: consulta médica y psicológica, consulta de Psicomedicina, talleres de danzaterapia, remedios naturales y alternativos, terapia con el sonido de las flautas. Rituales.

ENFOQUE PSICOMEDICINA

Nuestro cuerpo físico está en íntima interconexión con el pensamiento y la emoción, así, un intestino o hígado congestionados pueden ser causa de ansiedad, depresión o incapacidad para tomar decisiones. De igual manera, la forma como pensamos y sentimos afecta nuestra fisiología. Entender la unidad cuerpo mente nos capacita para emprender un camino de sanación integral. Medicina y psicología: Psicomedicina.

M É T O D O D E P A G O

Separa tu cupo con el 50% del
valor total.
Previa inscripción.

Número de cuenta
Bancolombia cuenta de ahorro, a
nombre de Omar Estrada cc 16070779
05956671649
Nequi
3044438417

Valor de lanzamiento **180mil x persona**
Valor x pareja **300mil** antes del **5 septiembre**
a partir del **10 septiembre** valor estándar **200mil x persona**

C O N T A C T O

Omar Estrada: cel 3014535377
Fernanda Betancur: cel 3044438417

Página web:

www.sanandomanizales.com



@sanando_psicomedicina



@SanandoPsicomedicina

[INSCRIPCIÓN DEL RETIRO AQUÍ](#)