



Gemma Soler Raspall
desarrollo del SER
☎ 627.01.82.93
www.gemmasolerraspall.com

RETIRO

RELACIONES PERSONALES: ¿Cómo gestionar mis relaciones con la llegada de internet y las nuevas tecnologías?



- ☀ **RETIRO:** 3 días, 2 noches.
- ☀ **FECHAS:** 29 a 31 de marzo de 2024.
- ☀ **LUGAR:** Sant Honorat (MALLORCA).
- ☀ **PRECIO:** 350 euros alojamiento en pensión completa y formación con inscripción anticipada hasta el 1 de marzo de 2024 (395 euros a partir de esa fecha).

**Los alumnos de la Formación SER tendrán una bonificación especial de 40 euros.*

1.- Presentación

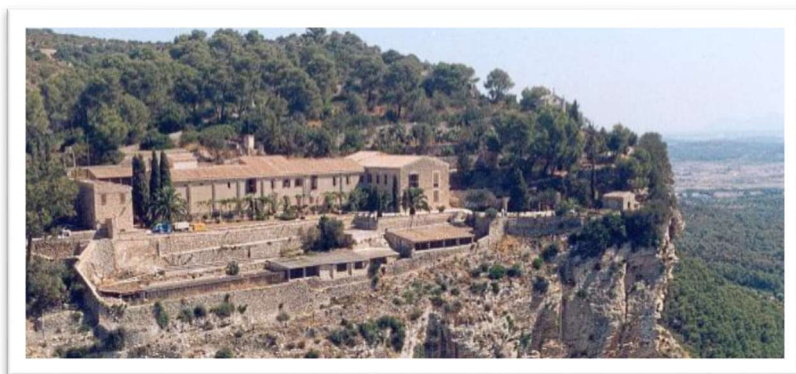
"En tiempos de internet, las relaciones humanas se han reducido a una fórmula muy sencilla: NEXT".

El ser humano necesita una serie de expresiones afectivas para sentirse vinculado al resto de la humanidad. En este proceso se van dando diversas formas de contacto y convivencia. La importancia de vivir nuestras emociones con plenitud nos permite obtener un placer y una sensación de protección que nos reafirma en este mundo.

¿Cómo sentirnos libres de amar y de vincularnos a alguien en una sociedad violenta psicológicamente y escasa de valores?

Ghosting, benching, curving, mobbing, love bombing, bullying, gaslighting, etc... La llegada de internet y el despliegue tecnológico, han sacado a la luz nuevas formas de comportamientos atópicos en las relaciones, pudiéndose catalogar en muchos casos como "inhumanas" y totalmente faltas de consciencia, responsabilidad o empatía.

¿Cómo sobrevivir y convivir en un entorno cada más más hostil sin perder la noción de nuestro SER?

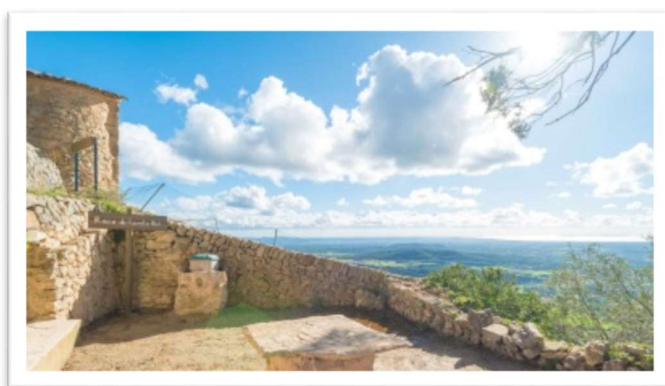


Proponemos un lugar privilegiado, realmente místico, tranquilo, silencioso y recóndito, ubicado en la montaña de Randa (Mallorca). Nos alojaremos en una hospedería muy bonita, **Sant Honorat**, con vistas preciosas de la isla, cultivo de sus propias verduras y rincones íntimos donde tomarte tu tiempo y espacio a la reflexión y el descanso.

Además, las habitaciones son individuales, a excepción de unas pocas que son dobles. Así que puedes escoger venir solo/a, con amigos o en pareja, conservando espacio a tu intimidad. Algunas habitaciones cuentan con baño, otras, en cambio tienen el baño compartido, pero solo entre pocas personas y en muy buenas condiciones.

La comida es sanísima y nos cocinarán cada día para nosotros, pudiendo adecuarse sin problema a dietas especiales (sin gluten, lactosa, etc).

Compartiremos esta experiencia junto a otras personas con el mismo objetivo, inquietud y sensibilidad.



2.- Objetivo

Dar herramientas prácticas para convivir y relacionarnos en la sociedad distópica actual manteniendo nuestra salud y bienestar personal.

A través del auto conocimiento, la gestión mental y emocional, el reconocimiento de las distintas personalidades y la comprensión de las disfunciones relacionales más actuales, obtendremos el saber necesario para hacer frente a muchas de las situaciones que se dan en la actualidad y que generan un conflicto en nuestro interior.

**Crearemos un oasis con personas ricas en valores,
amantes del respeto, abiertas a la reflexión y el diálogo.**

Un retiro 100% práctico y útil para tu día a día.

3.- Dirigido

☀ Personas que deseen mejorar su bienestar personal y auto conocimiento de una forma crítica, con un buen fundamento y acompañamiento profesional.

☀ Personas con la inquietud de conocer y de conocerse, que se pregunten sobre el porque de sus vínculos y relaciones interpersonales y deseen adquirir herramientas prácticas para sobrellevar la falta de vinculación y compromiso de la sociedad distópica actual.

4.- Temario

☀ INTRODUCCIÓN – COACHING

- Bienvenidos a la sociedad distópica
- Relaciones tóxicas: ¿cómo identificarlas y prevenirlas?
- Disfunciones actuales más comunes: *mobbing, ghosting, bullying, etc*

☀ ASTROLOGÍA EVOLUTIVA

Una mirada astrológica en la carta natal para contestar a estas preguntas:

- ¿Cómo mejorar nuestras relaciones personales?
- ¿Cómo podemos gestionarnos mejor ante relaciones y/o situaciones tóxicas y/o distópicas?

Trabajaremos analizando las casas relacionales con el elemento aire:

- Casa 3: Sociabilidad con la gente que nos rodea de manera general.
- Casa 5: Creaciones, amores, romances y relación con los hijos.
- Casa 7: Relacionada con la pareja y los socios.
- Casa 11: Nuestros amigos y los grupos a los que pertenecemos por afinidad de ideas.

**NOTA: Necesitaremos tu nombre, fecha de nacimiento, lugar y hora con antelación para que la astróloga pueda preparar tu carta natal.*

☀ ENEAGRAMA

¿Para qué puede servirte la comprensión del eneagrama? Su sabiduría te permite tomar conciencia de quien eres, quienes son los otros y cómo nos interrelacionamos. Nos proporciona un punto de partida, una base clara para comprender las claves del comportamiento humano, su evolución y patrones relacionales y de comportamiento. Te sirve para comprobar la veracidad de aquella frase inscrita en la entrada del Templo de Delfos que dice: *"Conócete a ti mismo y conocerás al universo"*.



5.- Organización

El grupo será muy reducido, máximo 15 participantes y un mínimo necesario de 8. Puedes ver más información de las instalaciones de nuestro alojamiento en la Ermita de Sant Honorat en su web: <https://www.ermitsanthonorat.org>

DESAYUNO, ALMUERZO Y CENA: Todos las comidas están incluidas en el precio. De esta manera no tenemos que preocuparnos de nada más que de centrarnos en el trabajo interior a realizar; este será nuestro objetivo principal, así como relajarnos y disfrutar. La comida básicamente será vegetariana y podemos adaptarnos a todas las intolerancias o alergias alimentarias.

6.- Agenda

☀ **Viernes:**

- . 19 a 19'45h Llegada y acomodación
- . 20h Cena
- . 21'30h PRESENTACIÓN del grupo y el retiro

☀ **Sábado:**

- . 8'30h Desayuno
- . 9'30 a 11h Formación COACHING
- . 11 a 11'30h Pausa
- . 11'30 a 13h Formación COACHING
- . 13'30h a 14'30 Almuerzo
- Tiempo de descanso
- . 16 a 19h Formación ASTROLOGÍA (con pausa de 15 minutos).
- . 19 a 20h Tiempo libre individual (para hacer deporte, lectura, ocio, etc); o de actividad en grupo (puesta de sol, paseo y visita a Cura o la cueva dónde Ramón Llull realizó su retiro espiritual, etc).
- . 20h Cena

☀ **Domingo:**

- . 8'30h Desayuno
- . 9'30 a 12'30h Formación ENEAGRAMA (con pausa de 15 minutos).
- . 12'30 a 13'15h CONCLUSIONES FINALES
- . 13'30h a 14'30 Almuerzo
- . 16h Fin de nuestra estancia



7.- Condiciones y precio

Formación, material, actividades complementarias, alojamiento en habitación individual y pensión completa.

☀ **350 euros** todo incluido.

☀ **395 euros** a partir del 1 de marzo de 2024 (si aún hay plazas disponibles).

Precio calculado para un grupo mínimo de 8 asistentes y máximo de 18.

***NOTA 1:** En el caso de necesitar una alimentación especial (alergias, intolerancias, preferencias nutricionales) coméntanoslos y te propondremos una alternativa afín a ti.

***NOTA 2:** Los alumnos de la Escuela, la Universidad y el Laboratorio del SER, en cualquiera de sus ediciones, tiene un descuento especial de 40 euros.

8.- Profesores



Gemma Soler Raspall

Maestra de Vida experta en el desarrollo del SER, escritora y conferenciante

www.gemmasolerraspall.com



Linis de Abril

Astróloga evolutiva



Tòfol Gomila

Facilitador eneagrama Sendero del Ser

9.- Pre-inscripción

Será necesario realizar un pago de 100 euros como señal de reserva de tu plaza. Éste no será reembolsado en caso de cancelación por parte del cliente, aunque sí en el caso de no realizarse la actividad por no llegar al mínimo de personas inscritas, o debido a la anulación del retiro por parte de la organización.

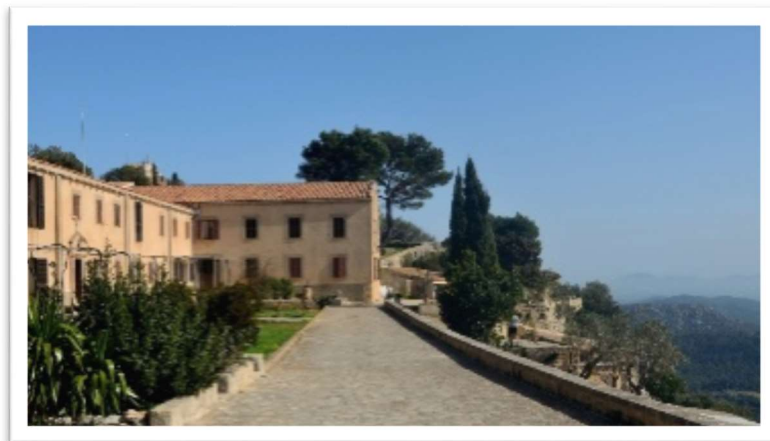
La diferencia se abonará el mismo día que empezamos el curso al llegar a destino.

Para formalizar la inscripción, contacta conmigo y te daré los detalles bancarios.

10.- Consejos prácticos

Cuando hagas tu equipaje recuerda coger ropa cómoda, así como calzado apropiado para realizar un paseo tranquilo por la montaña. Ten en cuenta también coger unos calcetines para poder andar descalzo. Te recomiendo que traigas un buen libro y la mente abierta para aprender y compartir.

Siempre y cuando nos sea posible, intentaremos facilitar tu llegada al lugar de impartición, organizándonos entre los asistentes para el transporte.



11.- Información e inscripciones

☀ salut360graus@gmail.com

☀ Tel. 627.01.82.93

