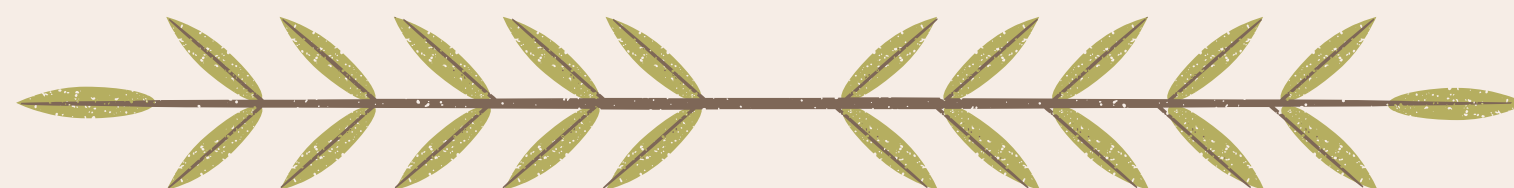




RETIRO PARA MUJERES

“Un respiro para el alma”





¿SIENTES LA LLAMADA A SILENCIAR EL MUNDO EXTERIOR Y REENCONTRARTE CONTIGO MISMA?

Querida Mujer, en el corazón vibrante de Québec, un espacio sagrado de calma te espera para silenciar el ruido y abrazar la conexión profunda con tu **ser**.

Sabemos el desafío que implica detener el ritmo frenético de hoy. Por eso, te convocamos a este espacio único en nuestro Québec: un respiro profundo para inhalar, reflexionar sobre nuestro camino y honrar cada paso recorrido.

Ven a vivir un **viaje transformador** hacia tu interior, un retiro espiritual femenino tejido con la poderosa energía que nos une como mujeres latinas.

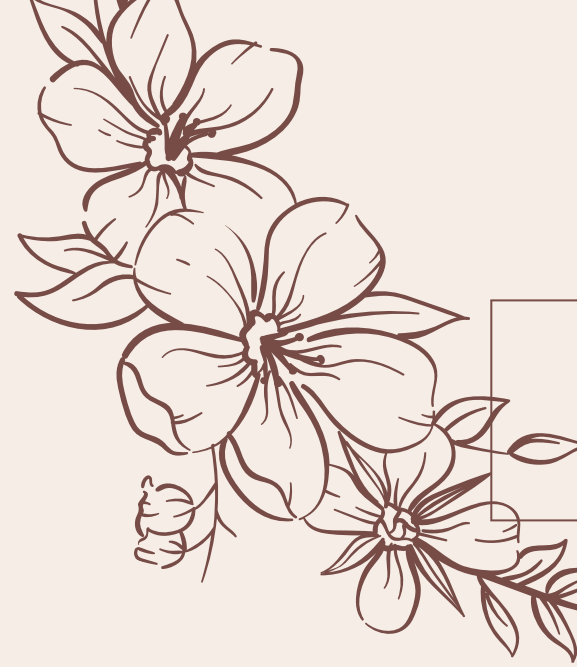
Imagina un santuario seguro, envuelto por la calidez de nuestra conexión y la profunda paz que emana de la **naturaleza que nos rodea**. Aquí, los lazos florecen en cada palabra sentida, en cada risa compartida y en la sabiduría de los silencios reveladores.

En este espacio sagrado, tendrás la preciosa oportunidad de **detener el tiempo**, de inhalar profundamente la paz que te pertenece y de reconectar con la esencia increíble de quien realmente eres, más allá de las distracciones y las exigencias cotidianas.

Este retiro espiritual es mucho más que una simple **pausa**: es el **catalizador para tu despertar**, un impulso vital hacia tu transformación y crecimiento, donde cultivarás una nueva versión radiante de ti misma, avanzando con claridad y un **renovado sentido de tu ser**.



ESTE RETIRO ES PARA TI , SI BUSCAS...



Liberarte del estrés y las presiones cotidianas.



Tiempo de calidad para nutrir tu bienestar físico, mental y espiritual.



Explorar las profundidades de tu ser en un ambiente cálido y de apoyo.



Un regalo de autocuidado y amor propio



Conexión con otras mujeres en un espacio de apoyo y comprensión.

LUGAR QUE NOS RECIBE

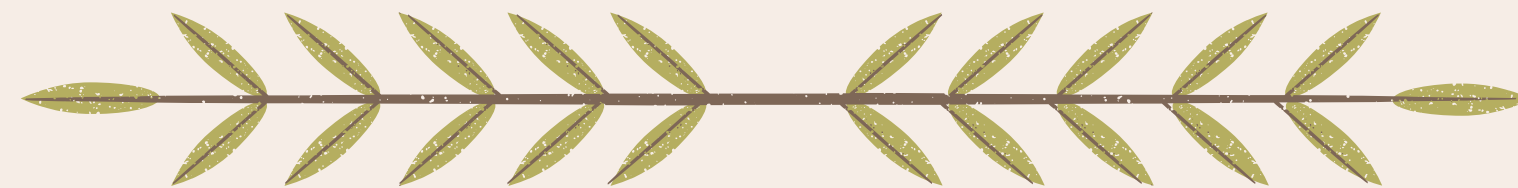
Ubicado en el corazón de Stoneham-et-Tewkesbury, a 30 minutos del centro de la ciudad de Quebec.





EL ESPACIO CUENTA CON...

Un estudio de meditacion espacioso
Una cocina
4 Habitaciones (2 privadas y 2 compartidas)
2 salas de baños
Una plataforma de yoga exterior
Un espacio BBQ techado
Circulo de Fuego



HABITACIONES PRIVADAS



Le Canard: Habitación 1 plaza:



L'Ours:** Habitación 2 plazas con pequeño escritorio



HABITACIONES COMPARTIDAS



Le Loup:** Dormitorio litera cama 2 plazas + cama 1 plaza con un pequeño escritorio



Le Cervidé:** Dormitorio Grande *
1 cama 2 plazas + 3 camas de 1 plaza





ESTE ENCUENTRO INCLUYE:

- **Meditación:** Iniciar el encuentro cultivando un espacio de calma mental y conexión profunda con el ser interior.
- **Baño de Bosque Curativo (Shinrin-Yoku):** Conectar de manera consciente con la naturaleza, absorbiendo sus beneficios terapéuticos para el cuerpo y la mente.
- **Escritura Terapéutica:** Explorar y procesar emociones y pensamientos a través de la práctica reflexiva de la escritura.
- **Sonoterapia:** Experimentar una profunda relajación y promover la sanación a través de las vibraciones y frecuencias del sonido.
- **Circulo de Cacao:** Abrir el corazón, facilitar la conexión emocional y experimentar la energía amorosa y suave del cacao ceremonial.
- **Oráculos:** Encontrar guía, obtener introspección y fomentar la reflexión personal a través de ello.
- **Ceremonia de Fuego:** Celebrar, liberar, transformar energías y conectar con el poder simbólico y la calidez del fuego.
- **Brunch saludable:** Pequeñas porciones nutritivas para mantener la energía entre actividades. Incluyen frutas frescas, frutos secos, semillas, hummus, pan integral y preparaciones energéticas naturales.
- **Cena:** Compartiremos un nutritivo y reconfortante poke bowl saludable con ingredientes frescos, disfrutando de una alimentación consciente y grata compañía.
- **Alojamiento:** Espacio de descanso reparador para la integración de las experiencias del día.
- **Un desayuno saludable:** Antes de concluir nuestro encuentro el día domingo disfrutaremos de un desayuno nutritivo y revitalizante (leche de almendras, yogur , granola , frutas, tostadas con aguacate, preparándonos para regresar con energía y bienestar.

EL ENCUENTRO NO INCLUYE

- Transporte hacia el lugar del encuentro

LLEGADA:

Sábado 2 de Agosto 14:00

SALIDA:

Domingo 3 de Agosto 12:00



FACILITADORA:

Soy Michelle León, terapeuta en psicología humanista transpersonal, facilitadora de círculos de mujeres, meditación y sonoterapia. Mi espíritu vibra al crear espacios donde la conexión florece, la vida se celebra y el amor se expande a través de prácticas espirituales que te abrazan y te unen con los demás. Si tu corazón anhela un retiro que transforme, te acompaño con amor.



VALOR DE LA EXPERIENCIA

Con el precio de la habitación, disfrutarás de todas las actividades programadas, un brunch saludable entre actividades, la cena del sábado 2 y el desayuno saludable del domingo 3.

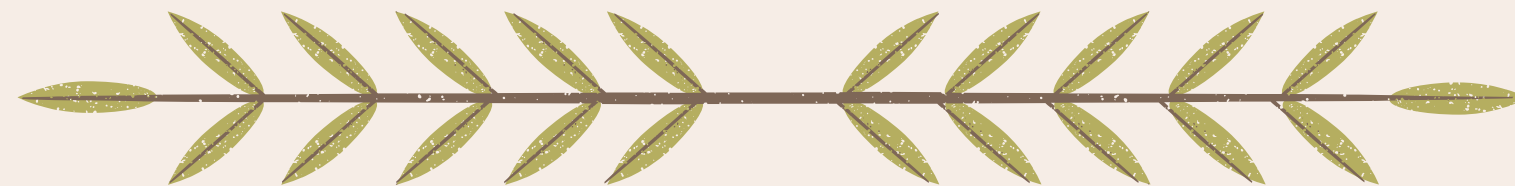
Valor por Persona (incluye todas las actividades mencionadas):

TIPO DE HABITACIÓN	Tipo de cama	Capacidad (personas)	Precio por persona
Privada	2 plazas	1	290 dls
Privada	2 plazas	2 (comparten cama)	210 dls
Privada	1 plaza	1	250 dls
Compartida	2 plazas	1	250 dls
Compartida	2 plazas	2 (comparten cama)	170 dls
Compartida	1 plaza	1	220 dls



¡Este es el momento de invertir en ti!

Retiro único y transformador: actividades enriquecedoras, descanso reparador y el espacio ideal para nutrir cuerpo y alma.

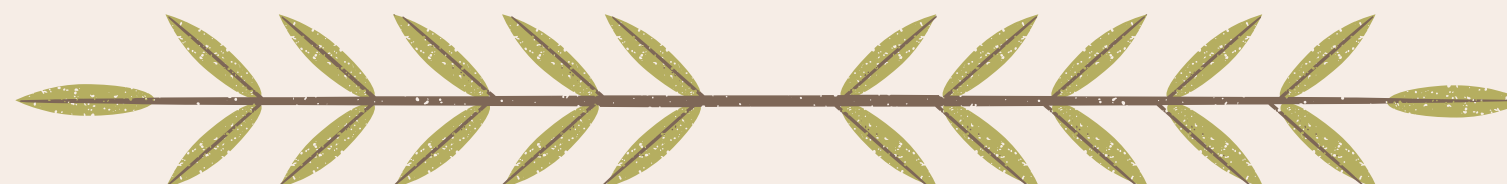


Además, tu inscripción al retiro te asegura una entrada a un encuentro de meditación y sonoterapia en el teatro.
¡Podrás elegir el encuentro del mes que mejor se adapte a ti!



PERMÍTESE ESTE RESPIRO PARA EL ALMA

¡La transformación te espera!
Los cupos para esta experiencia única son limitados.





Asegura tu lugar hoy mismo e invierte en tu bienestar pagando de forma segura con estas dos opciones:

- **PayPal** (tarjeta de crédito): Recibirás un enlace directo  para pagar fácilmente.
- **Interac** (tarjeta de débito): Te enviamos los datos para una transferencia sencilla.





En el corazon de Québec, una transformación única te espera.
Este regalo, pensado para ti, es una caricia para el alma.

¡No dejes pasar esta oportunidad!

