

# TALLER DE ESTRATEGIAS EMOCIONALES PARA LA VIDA

*(Gestionar positivamente nuestras emociones)*

Este es un taller dirigido a cualquier persona que quiera pasar unos días en un lugar idílico, lleno de magia, entre montañas, descubriendo sentimientos y emociones que a veces están muy dentro, y que desean salir para que las conozcamos y seamos capaces de ver la vida de una forma mucho más positiva.

Los momentos compartidos en el taller ayudarán a decir lo que pensamos, lo que sentimos, lo que nos gustaría permitirnos en la vida y qué nos impide realizar nuestros sueños. A través de la música, de nuestros pensamientos con nosotros mismos, de las conversaciones de los demás, de las reflexiones de distintos cuentos, poemas...podremos hacer posible que unos días normales se conviertan en especiales e inolvidables. Si quieres venir solo/a o acompañado... De cualquier forma te sentirás muy bien. ¡Te esperamos!

## FECHAS PRÓXIMAS PARA LOS TALLERES:

**27, 28 y 29 de diciembre.** (En plenas fiestas navideñas, por si quieres “desintoxicarte” de excesos navideños de todo tipo).

**20, 21 y 22 de enero.** (A principio de año, para dar la bienvenida a un Año Nuevo que puede estar abierto a muchas posibilidades que sólo tenemos que descubrir).

**PRECIO: 150 €** los tres días con pensión completa y el taller incluido.

**LUGAR: Casa del Cerro de la Fuente, Pradosegar (Ávila) / Merche.** Teléfonos: 920 109292 / 691 143030

\*\*\*\*\*

**13, 14 y 15 de enero.** (A principio de año, para dar la bienvenida a un Año Nuevo que puede estar abierto a muchas posibilidades que sólo tenemos que descubrir).

**PRECIO: 160 €** los tres días con pensión completa y el taller incluido.

**LUGAR: El Molino de Aracena. En pleno parque Natural Sierra de Aracena y Picos de Aroche. / Ramón Ruedas.** Teléfono. 954 385956 – 650 751464

\*\*\*\*\*

## **TALLER DE UN DÍA:**

**Hotel Aracena Park.** Sábados. Comienzo 9 de la mañana. Incluye café a media mañana, almuerzo, café a media tarde y una hora de spa al final de la jornada. Precio total incluido el taller: 55 €.

**TALLERES IMPARTIDOS:** por María Domínguez (26 años como maestra, y 10 años como ponente, formadora y escritora de cuentos y poesía para niños y adultos. 18 libros publicados). Página web: [www.mariadominguez.demaryluna.com](http://www.mariadominguez.demaryluna.com). Tif. 654852898

**Para inscribirte:** María Domínguez. E-mail: [mariadmrg1@hotmail.com](mailto:mariadmrg1@hotmail.com).