

A partir de este septiembre, nuevos
GRUPOS para tu bienestar



*De la esclavitud
a la libertad corporal
con Ana Canet*

SABIDURÍA ALIMENTARIA



Biodanza

ASOCIACIÓN
BIODANZA
COMUNIDAD
VALENCIANA

BIO MIZ

Con Adriana Laborda



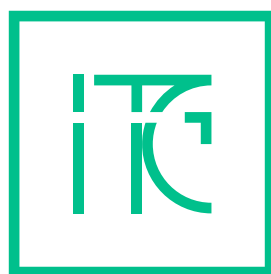
Grupo continuo fórmula
YOGESTALT
con Cecilia Carbajal

SIENTO
QUIERO
DIGO
HAGO



Círculo de Mujeres

con Loles Serrano



Instituto de
Terapia Gestalt

INICIO EL 9 DE SEPTIEMBRE

SABIDURÍA ALIMENTARIA



*De la esclavitud
a la libertad corporal
con Ana Canet*

INSCRÍBETE: www.itgestalt.com · INFORMACIÓN: 963 390 092 · itgestalt@itgestalt.com

SABIDURÍA ALIMENTARIA:

De la esclavitud a la libertad corporal

Curso de 6 Talleres (18 horas) de acompañamiento emocional, trabajo personal y con el grupo, para hacer las paces con la comida y con tu cuerpo

Metodología. Será fundamentalmente práctica y vivencial, acompañado de una base teórica de la Terapia Gestalt e integrando también varios enfoques como Mindful eating, Mindfulness y Compasión y Kindful eating y Alimentación Conectada. Con dinámicas de aprendizaje colaborativo (algunas de ellas con alimentos), a través de la participación y de las aportaciones para ayudar a la interiorización de lo aprendido.

Fechas:

- 9 de septiembre de 11 a 14 horas
 - 30 de septiembre de 11 a 14 horas
 - 14 de octubre de 11 a 14 horas
 - 4 de noviembre de 11 a 14 horas
 - 18 de noviembre de 11 a 14 horas y de 16 a 19 horas
-

Con Ana Canet. Terapeuta Gestalt. Miembro adherente de la AETG. Experta en Nutrición y Suplementación Integrativa. Experta en Alimentación Conectada y amable, Aceptación corporal, Autorregulación Alimentaria, Alimentación Basada en el Darse Cuenta, Mindfulness y Compasión. Apoyo en Procesos de Duelo

Precio: 180€ / asistente • **Lugar:** ITG Valencia • PLAZAS LIMITADAS

INSCRÍBETE: www.itgestalt.com • **INFORMACIÓN:** 963 390 092 • itgestalt@itgestalt.com



Instituto de
Terapia Gestalt

De Septiembre '23 a Junio '24



Biodanza



ASOCIACIÓN
BIODANZA
COMUNIDAD
VALENCIANA



Sistema Rolando Toro

Con Adriana Laborda
Grupos de Iniciación y Profundización

INSCRÍBETE: www.itgestalt.com · INFORMACIÓN: 963 390 092 · itgestalt@itgestalt.com

Grupo Biodanza con Adriana Laborda

Adriana Laborda Orte. Licenciada en Psicología. Psicoterapeuta Gestalt. Docente y Facilitadora de Biodanza. Formada en Expresión Corporal. Experiencia en Coach motivacional.

GRUPO DE INICIACIÓN:

Horario: Todos los miércoles de 19 a 21 horas · **Precio:** 55€ / mes

Fechas: De septiembre 2023 a junio 2024 · Inicio el 20 de septiembre de 2023

Lugar: Local ITG · Plaza Fray Luis Colomer, N°3, Esc.B, Entlo.B · 46021 Valencia

GRUPO DE PROFUNDIZACIÓN:

Horario: Todos los lunes de 19 a 21 horas · **Precio:** 55€ / mes

Fechas: De septiembre 2023 a junio 2024 · Inicio el 18 de septiembre de 2023

Lugar: Local ITG · Plaza Fray Luis Colomer, N°3, Esc.B, Entlo.B · 46021 Valencia

***Si tienes dudas acerca de la actividad o al grupo al que asistir,
pídenos información y te asesoraremos de la mejor opción.***



Instituto de
Terapia Gestalt

INICIO: 11 DE OCTUBRE DE 2023



Grupo continuo fórmula **YOGESTALT**

CON CECILIA CARBAJAL
LOS MIÉRCOLES DE 10 A 12 HORAS
DE OCTUBRE 2023 A JUNIO 2024

INSCRÍBETE: www.itgestalt.com · INFORMACIÓN: 963 390 092 · itgestalt@itgestalt.com

Si eres un profesional del sector socio-sanitario, podrás adquirir una referencia conceptual acerca del significado emocional de las dolencias o limitaciones según la zona del cuerpo que esté afectada, a través de la experiencia en primera persona de los mensajes que te brinda tu propio cuerpo y del aprendizaje de herramientas de trabajo corporal y el conocimiento de posturas de Yoga que favorecen el re-equilibrio físico/emocional.

Si eres un profesional del Yoga, te mostraremos un marco Gestáltico sobre el que realizar un acompañamiento más respetuoso a las personas, para que puedan comprenderse mejor, liberar exigencias y desarrollar una mirada más compasiva hacia sí mismas en un proceso emocional.

Si buscas herramientas para tu propio crecimiento personal, aprenderás a mover tu cuerpo, reconocer tus fortalezas, desarrollar tus potencialidades, calmar tu mente y aprender a aceptar y a soltar. Adquirirás herramientas gestálticas que te ayuden a conocerte mejor y la relación entre energía/cuerpo/emoción. Una experiencia en la que descubrirte desde una mirada curiosa y compasiva.

Con Cecilia Carbajal. Profesora de Yoga. Formada en Terapia Gestalt, Quiromasaje, Biomagnetismo integral, Naturopatía y Auriculoterapia, entre otras.

Horario: Cada miércoles de 10 a 12 horas · De octubre de 2023 a junio de 2024

Precio: 70€ / mes · (Compromiso trimestral · 210€ / trimestre) · **Lugar:** Local ITG



Instituto de
Terapia Gestalt

Inicio 14 de octubre 2023



GRUPO CÍRCULO DE MUJERES · CON LOLES SERRANO · 60€/mes · SÁBADOS DE 10'30 A 13'30H · OCTUBRE 2023 A JUNIO 2024 · SESIONES MENSUALES

INSCRÍBETE: www.itgestalt.com · INFORMACIÓN: 963 390 092 · itgestalt@itgestalt.com

GRUPO CÍRCULO DE MUJERES

¿Qué es un círculo de mujeres? es una estructura de relación horizontal, un espacio de expresión y de escucha libre de juicio, donde a través del ritual y de la estructura circular crear un espacio seguro donde conectar con nuestro ser y poder interno. Vivimos en estructuras heteropatriarcales que nos llevan a las mujeres a no sacar todo nuestro potencial intuitivo y sensible, a competir unas con otras y a entrar en dinámicas relacionales de dominación. Este es un espacio para aprender a relacionarnos de otra manera con una misma y con las demás, como compañeras, desde la conciencia, la presencia, la escucha y el respeto.

¿Qué es lo que estás dispuesta a aportar a este círculo? Compromiso con una misma y con el grupo, confidencialidad, honestidad, cuidado y amor.

Loles Serrano. Psicóloga General Sanitaria. Psicoterapeuta Gestalt. Especializada en psicoterapia individual, infancia y adolescencia y en intervención familiar (MCI). Experiencia con grupos de mujeres y empoderamiento, Abusos y Violencia de Género. Trabajo con menores y familias en riesgo de exclusión social. Miembro del equipo terapéutico del ITG. Clown.

Horario: Sábados de 10'30 a 13'30 horas de manera PRESENCIAL

Fechas: Sesiones mensuales de octubre de 2023 a junio de 2024

Inicio: Sábado 14 de octubre de 2023 · **Precio:** 60€ / mes

Lugar: C/ Xàbia, 9 entlo. 46010 Valencia · Plazas limitadas

INSCRÍBETE: www.itgestalt.com · INFORMACIÓN: 963 390 092 · itgestalt@itgestalt.com