



## FOCUSING I

Prof. GERARD PORREDON



El focusing és una eina d'escolta corporal que ajuda a escoltar la saviesa interior, la veu interior, la teva veu pròpia més original i creativa.

En qualsevol situació, el teu cos t'està donant informació. Molts de nosaltres no sabem com accedir a aquesta informació perquè no té la mateixa lògica que la nostra ment cognitiva.

Dins nostre tenim més saviesa i coneixements del que en som conscients. El focusing ens ajuda a accedir-hi.

### **CURS VÀLID PER A LA FORMACIÓ OFICIAL DE FOCUSING.**

**CONTINGUT:** Introducció al Focusing. Vivència de la sensació sentida.

**IMPARTIRÀ EL CURS:** Gerard PORREDON / Terapeuta Humanista. Trainer en Focusing pel *The International Focusing Institute* i Terapeuta Gestalt.

**DATES:** De **Dissabte 26/I** (10:00h) a **Diumenge 27/I** (13:00h)

**PREU:** Curs:.....160€  
Hostatgeria: .....52,50€ [de Dissabte a dinar fins Diumenge a dinar / *dietes normals*]

**NOTA IMPORTANT:** La inscripció al curs implica la reserva de la hostatgeria (habitacions compartides). En cas contrari, consulteu preus. Si voleu quedar-vos a dinar el diumenge o allargar la vostra estada a l'hostatgeria del Monestir, feu la vostra reserva escrivint directament a: [hostatgeria@monestirsantbenetmontserrat.cat](mailto:hostatgeria@monestirsantbenetmontserrat.cat)