

## FOCUSING III (Online)

Formador GERARD PORREDON



El *focusing* és una eina d'autoconeixement, de canvi i de salut. A través de l'escolta corporal ens acostem a la pròpia saviesa, la veu del Cor, la més genuïna i creativa.

En qualsevol situació, el cos està informant a través de les sensacions. 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 som conscients.

El *focusing* ens hi posa en contacte de manera que l'impuls de vida que hi ha en nosaltres troba una esclatxa per expressar-se, i ens convida a donar el proper pas en direcció a l'autenticitat i la salut.

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

**CONTINGUT:** Consciència i empatia corporal. Aprofundir en l'acompanyament.

**REQUISITS:** Cal haver fet els cursos de Focusing I i Focusing II

**IMPARTIRÀ EL CURS:** GERARD PORREDON



Terapeuta Humanista.  
Trainer de Focusing per l'*International Focusing Institute*,  
Terapeuta Gestalt.

**DATES:** *Dissabte 20 de febrer* (de 10 a 13h i de 14:30 a 18:30)

*Diumenge 21 de febrer* de 2021 (de 10 a 13:30h)

**PREU:** 170€

**INSCRIPCIÓ:** <https://monestirsantbenetmontserrat.com/cursos/>

**MÉS INFORMACIÓ:** [activitats@monestirsantbenetmontserrat.com](mailto:activitats@monestirsantbenetmontserrat.com) / 659 38 67 62

**OBSERVACIÓ:** Dos dies abans i havent fet tot el pagament, us enviarem el link per connectar online i el material del curs.