

Próximas actividades

Septiembre

2024

OxÍGEME



Grupo semanal: GRUPO TERAPÉUTICO

Horario: **Viernes 19:30h- 21:00h**

Duración: Septiembre a Junio (compromiso de asistencia: 3 meses)

Aportación: **100 € mes completo (*)**

Lugar: Hygge - Centro de ejercicio físico (Plaza de Agustín Salido, 7. Ciudad Real)

INICIO: Viernes, 20 DE SEPTIEMBRE

Dirigido a aquellas personas que hayan finalizado el bloque de sesiones individuales

(*) En casos excepcionales de desplazamiento de ciudad, trabajo a turnos o cualquier otra situación de peso que no permita la asistencia semanal ponte en contacto conmigo.



El grupo permite una continuidad tras el bloque de sesiones individuales. Este espacio de trabajo está encaminado a **afianzar y permitir una mayor expansión del proceso individual curativo ya elaborado previamente**, al mismo tiempo que **permite mantener un seguimiento e integración de lo que vaya surgiendo a lo largo de la semana**.

Se atiende tanto a las necesidades individuales como colectivas, donde lo emergido en el propio grupo puede resonar en cada uno, expandiéndose así el potencial de cambio desde la escucha al otro.

Para asistir es necesario haber completado el bloque de sesiones individuales.

Algunos puntos a resaltar:

- **Liberación de carga semanal.** Permitiendo parar y soltar aquello que durante la semana haya podido desestabilizar. Volver a encontrar y mantener mi centro, desde Hara.

- Las actividades que se realizarán son diversas y ya conocidas por haber pasado por el bloque de sesiones individuales. El grupo permitirá una **activación de proceso curativo a través de procesos**: vibración inducida, respiración, meditación, procesos autoperceptivos, etc.
- **Integración y resolución de los conflictos propios de la persona y su proceso.** La participación y la posibilidad de hablar y expresar en el grupo por parte de los participantes siempre será voluntaria.
- Apertura de los participantes, según sus ritmos, a sus propios procesos físicos, energéticos, emocionales e intuitivos.

Para mayor información o formar parte del grupo, ponte en contacto conmigo:
613 14 62 50 | consultalunagomez@gmail.com

El grupo de terapia constituye una segunda fase del proceso terapéutico Oxígeme (creado por el doctor en psicología y psicólogo clínico Manuel Almendro)