

RETIRO INTENSIVO DE SILENCIO DE TRES DÍAS

Mindfulness Silencio y Transformación

“El primer paso del mindfulness es aprender a enfocar la atención. El silencio nos permite preparar el terreno para que la atención se enfoque, y podamos mirar profundamente dentro de nosotros mismos. Son estas dos condiciones, la calma mental y la visión profunda, las que podemos cultivar para poder vivir con una mente clara y despierta. En este retiro, favoreceremos estas condiciones para poder vivir el potencial transformador del mindfulness, que es una ciencia, y un arte a la vez”.

Sevilla. 18, 19 y 20 de mayo de 2018



Retiro en silencio de 3 días de Mindfulness y Compasión, programado por AEMind (Asociación Española de Mindfulness y Compasión),

Dirigido especialmente a nuestros alumnos del curso Experto en Mindfulness en la Práctica Clínica, soci@s de AEMind y aquellas personas que deseen profundizar en su práctica regular.

Se realizará en la **Casa de Espiritualidad Betania**, situada a orillas del Guadalquivir con magnífica vista panorámica sobre Sevilla, en uno de los más bellos parajes para propiciar el silencio y la quietud





Asociación Española de
Mindfulness y Compasión

El retiro incluirá meditaciones en silencio, habiendo algunas meditaciones guiadas y enseñanzas cada día. Será facilitado por **Joaquín Pastor Sirera, Mariló Gascón Aguilar** y **Óscar Martínez Zulueta**. Todas las mañanas tendremos una hora de Yoga a cargo del profesor Joaquín Pastor y por la tarde Yoga recuperativo.

A los inscritos se les enviará por correo electrónico y en fechas próximas al inicio, el programa detallado de actividades, así como información de interés para acceder al retiro.

Se expedirá a cada participante un **Certificado de horas de práctica de Mindfulness y Compasión**, que será válido dentro de los futuros estándares de formación para la certificación de profesionales y profesores de Mindfulness, conforme a los criterios de calidad que la Asociación está elaborando en colaboración con universidades y otras instituciones nacionales e internacionales.

A continuación, proporcionamos los datos necesarios para hacer tu inscripción y matrícula:

Atención:

Los alumnos del curso Experto en Mindfulness en la Práctica Clínica, NO es necesario que realicen la inscripción, el retiro esta incluido en su totalidad en la matrícula del curso por lo que tienes tu plaza reservada, solo tendrás que confirmar tu asistencia cuando recibas la carta de bienvenida en fechas próximas al inicio



Asociación Española de
Mindfulness y Compasión

INSCRIPCIÓN Y RESERVA DE PLAZA

Como las plazas son limitadas es importante formalizar la inscripción lo antes posible

- **Primer paso:** Enviar la ficha de inscripción cumplimentada que se adjunta, al email **formacion@aemind.es**
- **Segundo paso:** Una vez recibas via email confirmación de la admisión, podrás realizar el pago de la matrícula para tener tu plaza segura. Se deberá ingresar el total del importe del retiro, en los plazos estipulados.

El pago se efectuará mediante transferencia bancaria a la cuenta de la asociación, poniendo como concepto de la misma "**Retiro 3 días Sevilla**" y tu nombre + **primer apellido**" a fin de identificar el pago.

La Caixa / IBAN: ES 74 2100 0728 29 0200225393 (titular AEMind)

Rogamos nos hagas llegar el resguardo del ingreso por e-mail a **coordinadora@aemind.es**, de esta forma tendrás tu plaza adjudicada

INVERSIÓN

El importe total del retiro (clases, prácticas, alojamiento y manutención incluidos) asciende a:

- Matrícula reducida (**hasta el 26 de febrero de 2018**)
Pago Único: **370 €** (No soci@s) **340 €** (soci@s AEmind)
- Matrícula No reducida (**a partir del 27 de febrero de 2018**)
Pago Único: **410 €** (No soci@s) **370 €** (soci@s AEmind)

Atención: A efectos del coste de la matrícula tendrán la condición de Soci@s quienes lo sean de pleno derecho y estén al corriente del pago de la cuota, en el momento de emitirse la presente convocatoria.



Asociación Española de
Mindfulness y Compasión

FECHAS Y HORARIOS

El retiro **comenzará el viernes 18 de mayo**. La hora de llegada será **a las 18.00** horas y **finalizará el Domingo 20 de mayo, antes de la comida**.

Si quieres participar de la comida que tendrá lugar después de finalizar el retiro, solo tienes que comunicarlo en tu carta de inscripción, tendremos en cuenta tu participación y menú, en este caso finalizaremos después de la comida, a las 16 horas.

Desde el viernes después de la cena y la apertura del retiro, hasta el domingo a la hora de comer, se estará en silencio (interno y externo) en todo momento, incluidos los periodos de tiempo libre

LUGAR DEL RETIRO

Casa de Espiritualidad Betania

C/ Mayor s/n
San Juan de Aznalfarache, Sevilla - 41920
Web: <http://www.cdebetania.org/>

Las habitaciones son **individuales con baño incluido**

JOAQUÍN PASTOR SIRERA

Psicólogo Especialista en Psicología Clínica y Experto Europeo en Psicoterapia. Certificado Europeo de Competencia en Psicología Profesional Europsy. Desarrolla su labor profesional asistencial y de formación desde 1993 en la Clínica de Psicología y Salud y posteriormente en GlobalC, centros con despachos profesionales en Xàtiva y Valencia, respectivamente.

Instructor de Mindfulness. Formado en terapia cognitivo-conductual, ha aplicado desde finales de los 90 los desarrollos clínicos y experimentales de mindfulness o conciencia plena en la práctica clínica. Formado en MSC (Mindful-Self Compassion), MBCT (Mindfulness Based Cognitive Therapy) y CFT (Compassion Focused Therapy). Ha recibido y actualmente imparte una extensa formación continua en terapia cognitivo-conductual y tratamientos psicológicos de 3ª generación.

Dirige con regularidad grupos de práctica de mindfulness, retiros de meditación y acciones formativas y de supervisión para psicólogos clínicos.
Es miembro de Honor de AEMIND.

MARILÓ GASCÓN AGUILAR

Psicóloga General Sanitaria. Experta en Mediación Familiar. Especialista en Psicoterapia y Mindfulness. Máster en Terapia Familiar Sistémica. Especialista en Terapia Psicodinámica. Postgrado en Programación Neurolingüística. Experta en Terapia centrada en las emociones.

Teacher Trained del programa MSC (Mindfulness self-compassion). Instructora de Mindfulness.

En Psicología de la Salud, ha desarrollado multitud de intervenciones en psicoterapia incorporando mindfulness y la CFT (Terapia de Compasión de P. Gilbert). Realiza cursos y talleres de Mindfulness para niños, adolescentes, familias y adultos.

Desarrolla Programas de Mindfulness en el ámbito educativo, sanitario y empresarial; colaborando con entidades como la Universidad de Sevilla y la Universidad Internacional de Valencia.

Socia de Aemind y responsable del grupo de prácticas Mindfulness de Aemind en Sevilla.

Fundadora de NORAX Salud y Bienestar. www.noraxsaludybienestar.com

Autora del libro: *"Creciendo con Mindfulness, en casa y en la escuela"*.

Autora del Programa Mindfulness para la infancia y la adolescencia (PMIA).



Asociación Española de
Mindfulness y Compasión

ÓSCAR MARTÍNEZ ZULUETA

Psicólogo y psicoterapeuta integrativo. Instructor en mindfulness. Trained Teacher en MSC (Mindful Self-Compassion de C. Germer y K. Neff). Formado en MBSR (Mindfulness-Based Stress Reduction) con Fernando Torrijos y en CFT (Compassion Focused Therapy) con Paul Gilbert. Certificado en Terapia Zen Aplicada por ITZI. Miembro de AEMIND. Coordinador de los grupos de práctica de Mindfulness de AEMIND en Álava. Máster en Terapia de Conducta. Especialista en Hipnosis. Máster en Programación Neurolingüística y DBM. Máster en Coaching. Tutor de prácticas en el Máster de Terapia de Conducta de la UNED.

Además del trabajo como psicoterapeuta desde hace más de 20 años, ha trabajado también en otros ámbitos, como de la intervención social y la formación.

Desde 2007 se dedica a impartir programas de entrenamiento en mindfulness a diversos colectivos, tanto de profesionales de la enseñanza, intervención social, la salud, la empresa y para público en general.

Coordina habitualmente cursos de formación en el campo del mindfulness y de aplicación de las técnicas meditativas en el campo de la salud y la educación, habiendo organizado en los últimos años talleres y formaciones con Fernando Torrijos, Vicente Simón, Elias Capriles, Rafael Redondo y David Brazier, entre otros. Es miembro didacta y coordinador de formación del Instituto Terapia Zen Internacional, organizando la formación en Psicología Budista y Terapia Zen.

Practicante de meditación desde los 18 años, ha recibido enseñanzas de importantes maestros de diversas tradiciones contemplativas. Fue nombrado Maestro Zen Asistente por Rafael Redondo a inicios de 2013. Es miembro ordenado (Gankonin) de la Orden Amida Buddha.

ORGANIZA E INFORMA

AEMind – Asociación Española de Mindfulness y Compasión



Asociación Española de
Mindfulness y Compasión

C/ Barraix, nº 31, 1º- 46015 Valencia
Tlf: 687 316 866 (de 9:00 a 14:00 horas)

Email: formacion@aemind.es

Web: www.aemind.es

Síguenos en facebook 