



Asociación Española de
Mindfulness y Compasión

RETIRO de MINDFULNESS INTERPERSONAL

« *Cultivando la presencia en las relaciones* »

Beatriz Rodríguez Vega

Una de las fuentes más importantes de estrés tiene que ver con nuestras experiencias en las relaciones interpersonales. Mindfulness Interpersonal es un **programa que trae la meditación a la relación interpersonal**, mediante prácticas en diálogo con un compañero o grupo pequeño de participantes. La práctica **ofrece la posibilidad de cambiar nuestros patrones reactivos de estrés y traer la conciencia plena, compasión y la amabilidad cuando interaccionamos con otros seres humanos, a través de prácticas meditativas en diálogo con otro.**

El Pardo (Madrid) del 25 al 29 de Julio 2019

*El retiro **será en silencio** con meditaciones guiadas, prácticas en parejas o grupo pequeño y charlas puntuales sobre los temas centrales del retiro.*



Asociación Española de
Mindfulness y Compasión

Mindfulness Interpersonal es un programa desarrollado por Metta programs y basado en las enseñanzas de Gregory Kramer. Este retiro sigue el programa original. A lo largo de nuestro tiempo juntos, exploraremos las seis guías de la práctica relacional desarrollada por Gregory Kramer, mientras que mantendremos el silencio en los tiempos fuera de la sala de meditación. Es un retiro de interés para el desarrollo del profesor/a de Mindfulness o de programas MBCT, MSC o MBSR, entre otros.

REQUISITOS

Haber participado en, al menos, un programa de MBSR, de MBCT o de MSC. O tener al menos, experiencia de meditación previa similar. Es por ello que se pide cumplimentar un cuestionario y no realizar la inscripción formal hasta que la organización haya confirmado la plaza.

FECHAS Y HORARIOS

Del 25 a 29 de Julio de 2019

La recepción estará disponible a partir del jueves 25 a las 16h.

La primera sesión tendrá lugar el jueves 25 a las 18h y el retiro finalizará el lunes 29 a las 13 horas.

LUGAR DE IMPARTICIÓN Y ALOJAMIENTO

Casa de Retiro Cristo de El Pardo

Dirección: Pista Cristo de El Pardo 11, Madrid 28048

Web: **www.cristodelpardo.com**

Teléfono: 607 712 988

CÓMO LLEGAR: <http://www.cristodelpardo.com/contacto.php>

Estaremos alojados en la **Casa de Retiro Cristo de El Pardo**, a pocos kilómetros de Madrid.



COMIDA

La dieta es ovo-lacto vegetariana.

Si tienes algún tipo de necesidad dietética especial o alergia/intolerancia alimentaria, nos lo indicas, por favor, en la ficha de inscripción.

SOBRE LA PROFESORA



Beatriz Rodriguez Vega es psiquiatra en el Hospital Universitario La Paz y profesora de la Universidad Autónoma de Madrid. Es instructora certificada por el CFM de UMASS como profesora MBSR y cualificada para desarrollar el programa de MIP. Codirige el Master de Psicoterapia perspectiva integradora de la Universidad de Alcalá. En su trabajo clínico integra las prácticas de Mindfulness en psicoterapia.

INVERSIÓN

Matrícula Reducida
(hasta 24 de Junio de 2019)

Coste Total:

Docencia + Alojamiento + Pensión completa 5 días

Pago único

490 € (doble) / 530 € (individual)

Pago único Socios AEMind

460 € (doble) / 500 € (individual)

Matrícula No Reducida
(a partir del 25 de Junio de 2019)

Coste Total:

Docencia + Alojamiento + Pensión completa 5 días

Pago único

520 € (doble) / 560 € (individual)

Pago único Socios AEMind

490 € (doble) / 530 € (individual)

El precio total incluye: Docencia, Alojamiento, Manutención completa y Certificado.

- **Pago único** con el total de la inversión.
- **Primer pago** con la inscripción y admisión de 100€ (no reembolsables) en concepto de Reserva de Plaza y **Segundo pago** de la cantidad restante según fecha de ingreso (matrícula reducida o No reducida).

Se pedirá confirmación del pago de la matrícula entre 1 mes y 15 días antes del comienzo del curso.

Las habitaciones son **individuales o dobles**, con baño incluido.

Las plazas están limitadas a 60 alumnos y contamos con alojamiento para 26 habitaciones individuales y 17 dobles. **El tipo de habitación se asignará por orden de Reserva de plaza y/o Pago de matrícula y preferencia indicada en el formulario de inscripción.**



Asociación Española de
Mindfulness y Compasión

PROCESO DE INSCRIPCIÓN

Remitir el formulario de inscripción cumplimentado al email **formacion@aemind.es**

- Si No eres soci@ de AEMind, adjunta también un breve curriculum vitae actualizado.

Una vez recibida la confirmación de admisión, podrás reservar la plaza o formalizar la matrícula ingresando el importe correspondiente en la cuenta bancaria

La Caixa IBAN ES74 2100 0728 2902 0022 5393

Deberá remitirse una copia del justificante de ingreso de la reserva de plaza y/o matrícula al siguiente email: **coordinadora@aemind.es**

POLÍTICA DE CANCELACIÓN

- Únicamente aceptaremos cancelaciones por escrito (enviadas por correo electrónico o certificado postal).
- Devolución del pago único si la cancelación se solicita 1 mes antes del inicio del curso, excepto 100€ en concepto de reserva de plaza.
- Si la cancelación se solicita a partir de 1 mes previo al inicio, no se realizará devolución alguna del pago.
- La cantidad invertida en concepto de reserva de plaza (100€) no será reembolsable.

« AEMind se reserva el derecho de cancelación de este curso con un margen entre 1 MES y 15 DÍAS ANTES DEL INICIO en el caso de no alcanzar el nº mínimo de matrículas. En este caso se le devolverá al alumno/a el dinero abonado (incluido el importe inicial en concepto de reserva de plaza), pero no se hará cargo del coste del transporte »



Asociación Española de
Mindfulness y Compasión

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 31 68 66 (de 9:00 a 14:00 horas)
Email: **formacion@aemind.es**
Web: **www.aemind.es**
Síguenos en facebook 