

Retiro residencial

“Descubrir tu valor y crecer con él”

Viernes 22 al domingo 24 febrero

Lugar: Convento Padre Franciscanos, Cerro de San Cristóbal, Estepa (Sevilla)

A cargo de **Encarnación Royos**, profesora de Meditación Raja Yoga y coordinadora del programa educativo Valores para Vivir en Andalucía

Abierto a todas las personas. ¡Plazas limitadas!

Para inscripción y mayor información al tel.: 954 563 550 ó
sevilla@es.brahmakumaris.org

Esperamos vuestra llegada a las 18.00 h. del viernes, 22 de febrero en el Convento de los Padres Franciscanos.

Descubrir la verdadera autoestima es esencial para tomar conciencia de nuestro valor, nuestras cualidades internas, habilidades y potencial.

Objetivos:

- Conseguir mejor entendimiento de ti mismo/a y experimentar y aceptar tu belleza interior.
- Crear un cambio personal.
- Construir mejores relaciones contigo mismo/a, con los demás, con la vida
- Encontrar tu poder interior y seguir avanzando con espiritualidad y liderazgo

En este retiro tendrás **espacios de reflexión, diálogos y visualizaciones.**

Disfrutarás de un fin de semana en un entorno bonito y que invita al silencio, con comida vegetariana, compartiendo momentos y conversaciones significativas.

Donde además se realizarán ejercicios físicos suaves para tonificar el cuerpo y relajar la mente.

Detalles prácticos:

- La **alimentación** será **lacto-vegetariana**.
- No es necesario llevar sábanas ni toallas, sólo neceser personal.

Se recomienda llevar:

- Ropa cómoda, blanca o clara.
- Papel y bolígrafo para tomar apuntes.

La fecha límite de inscripción al retiro es el martes, 18 de febrero.

Para reservar plaza, es imprescindible realizar la preinscripción de 30 € a cuenta del precio total, NO RETORNABLES.

Las actividades organizadas por Brahma Kumaris son gratuitas, el precio del retiro incluye alojamiento en pensión completa, y gastos de gestión. Para mayor información e inscripciones, contactar en Sevilla con: Jose Antonio Cruz al 954 56 35 50 a partir de las 19 h. de la tarde. O con su centro más cercano.

Indíquenos **si dispone de coche** y cuántas plazas para facilitar el viaje a personas que no lo tienen.