

DISOLVER EL ESTRÉS Y EL TRAUMA

Con Continuum

con Cherionna Menzam-Sills, PhD, RCST, ISMETA

CONTINUUM, desarrollado a lo largo de casi 50 años por la ya fallecida EMILIE CONRAD, es una **exploración de nuestra naturaleza fluida**, y su efecto en nuestra **salud y bienestar**.

Emilie Conrad señaló que "el movimiento no es algo que hacemos; somos movimiento". Nuestro movimiento fluido natural puede congelarse debido al estrés, el trauma y el ritmo de vida. Podemos experimentar congelación, disociación, ansiedad, dolor corporal, rigidez...

Continuum implica ralentizar, y con atención plena orientarse a lo que sienta bien y es nuevo, todo lo cual ayuda a sanar los efectos del estrés y el trauma.

En este taller especial, exploramos cómo el trauma y el estrés afectan los tejidos y el sistema nervioso. A través de movimientos sutiles, la atención plena, las respiraciones y sonidos de Continuum, facilitaremos volver a nuestra fluidez natural.

¡Disuelve viejos patrones!

¡Recupera tu sentido intrínseco de movimiento, salud, bienestar, resiliencia fluida, creatividad y vitalidad!

CHERIONNA MENZAM-SILLS trabajó estrechamente con la fundadora de Continuum, **Emilie Conrad**, durante la última década de su vida. Emilie autorizó a Cherionna a enseñar Continuum en 2007. Cherionna enseña Continuum e imparte formaciones de Biodinámica Craneosacral en todo el mundo, a menudo con su esposo, pionero de Biodinámica, Franklyn Sills. También es terapeuta pre y perinatal y facilita talleres de entorno uterino en grupos pequeños para la resolución del trauma temprano. Vive en el Reino Unido, donde tiene su consulta privada, actualmente enfocándose a la tutoría y la supervisión online.

Cherionna tiene 40 años de experiencia como terapeuta y está comprometida en su trabajo y en su vida con la presencia encarnada. Este taller es la expresión de años de estudio y exploración creativa de nuestro viaje de encarnación fluida.

En este taller

*revisaremos cómo el estrés y el trauma afectan cuerpo y mente, incluida la neuroanatomía del estrés.

*Exploraremos el poder de ralentizar y orientarse hacia la integridad, el apoyo y los recursos.

*Utilizaremos las respiraciones, los sonidos, el movimiento suave y la conciencia sutil de Continuum para descubrir y disolver viejos patrones y ampliar nuestras posibilidades.

*Recuperaremos nuestro potencial original de movimiento fluido, resiliencia, creatividad, placer, salud y bienestar.



Serie de 3 talleres en 2018:

1. *Oxitocina fluida (9-11 febrero)*

2. *Viajes por la vía de la oxitocina:*

explorar el nervio Vago con Continuum (1-3 junio)

3. *Disolver el estrés y trauma con Continuum (2-4 noviembre)*

"Un organismo vivo contiene un gran potencial de innovación al contener una inteligencia que puede generar nuevas vías para optimizar los procesos de vida interna. Lo que puede parecer congelado o adormecido puede palpitar con las corrientes de la vida, todo ello teniendo lugar en la profundidad de una recapitulación fluida. "
Emilie Conrad, fundadora de Continuum Movement

CUÁNDO: 2 al 4 de noviembre 2018, de viernes a las 18h a domingo a las 16h. *Tercer taller de una serie de 3 retiros en 2018 (9-11 febrero, 1-3 junio, 2-4 noviembre – se puede asistir a uno o a todos).*

DÓNDE: Arcadia, cerca de Banyoles (Girona) – www.arcadia.cat

PRECIO: 335€ antes del 1 de septiembre; 365€ después del 1 de septiembre 2018. Incluye alojamiento de 2 noches con pensión completa.

Descuento para inscripciones a los 3 talleres. Solicita las condiciones de pago.

Plazas limitadas. Reserva con antelación.

Taller impartido en inglés con traducción al castellano.

TRAER: manta, libreta, tu material creativo preferido que no ensucie.

CONTACTO: Lin Vermeiren
biodinamicaperinatal@gmail.com,
tel.690179969

MÁS INFORMACIÓN:
www.birthingyourlife.org

