

# RETIRO: CONEXÃO, SAÚDE E PROPÓSITO



Nesse retiro de 3 dias as pessoas passarão por um processo de 7 etapas, as quais trarão um relaxamento profundo, uma revisão de seus valores e propósitos e um replanejamento de ações.

A partir das diversas vivências oferecidas em cada etapa - que são opcionais de acordo com a afinidade dos participantes - o indivíduo vai seguir passo a passo por um caminho de relaxamento, limpeza, revitalização, aprofundamento, expressão, inspiração, replanejamento e entrega.

O retiro proporciona forte conexão com potenciais internos, ressignifica o propósito de vida e traz inspiração para a criação de novas escolhas e possibilidades de ação.

O retiro acontece no espaço da Vila dos Portões que é um acervo de arte em meio à natureza, o que por si só já faz seu trabalho terapêutico. A alimentação saudável e deliciosa é oferecida pela equipe da Vila, assim como o alojamento e as vivências. São três dias de reconexão e inspiração para uma vida mais saudável e equilibrada.





# ETAPAS DAS VIVÊNCIAS

- 1 - Oxigênio (elemento ar): acolhimento, relaxamento e conexão: abrir espaço.
- 2 - O rio (elemento água): limpar, equilibrar e fluir: identificando e tirando os obstáculos.
- 3 - Semente (elemento terra) : Trazer vida, enxergar os potenciais (conteúdo): palestras e partilhas relacionadas.
- 4 - Árvore (elemento madeira): aprofundar, mergulhar, renascer, renovar, firmar os propósitos: raízes profundas e galhos frondosos em direção ao sol.
- 5 - O sol (elemento fogo): sonhar, alçar vôo, ir em direção à luz (e queimar o já não serve), se inspirar, trazer novos elementos, trazer energia vital. O vôo do condor: a visão expandida: expressar, partilhar e propor o que quer.
- 6 - O artesão (elemento metal): materializar, ressignificar, remodelar, replanejar, dar a forma que quer, criar : Escrever plano de ação
- 7 - O fruto (elemento éter) - entrar no flow, seguir a rota com a tensão correta, materialização dos sonhos, entrega do melhor de si.

# VIVÊNCIAS OFERECIDAS

Massagens relaxantes

Aromaterapia

Escrita Criativa

Roda de Tambor

Meditação na Floresta

Contemplação da Natureza

Soundhealing (massagem sonora)

Rodas de conversa

Palestras e partilhas

Escalda pés com óleos essenciais

Fogueira e Sarau

Sessões Terapêuticas individuais e em grupo





MAIS INFORMAÇÕES:

Whats App: +55 11 99259-9095