



Conciencia Plena Perú

INTRODUCCIÓN PARA LA FORMACIÓN EN MINDFULNESS

Con Manuel Kölker



www.concienciaplenaperu.com info@concienciaplenaperu.com Celular: 973 114 755

Bienvenido al día de la orientación para la formación en Mindfulness para profesionales de salud. En este taller te orientamos sobre esta práctica maravillosa y los objetivos de la formación.

Es un entrenamiento específicamente diseñado para que los profesionales interesados en Mindfulness puedan explorar la integración de la práctica en su vida personal y en su trabajo profesional.

Reconociendo la práctica personal de Mindfulness como un componente fundamental para la integración, el taller ofrece la posibilidad de iniciarse en la práctica de Mindfulness en el contexto de la 3era Formación de Conciencia Plena Perú que comienza 19 de julio 2017.



El contenido del taller cobra los siguientes objetivos:

- La historia de Mindfulness y del curso MBSR
- Los dos principios de Mindfulness y sus implicaciones
- Conocer la relación entre psicoterapia y Mindfulness (guiado por Maria Elena López)
- Como funciona la aprendizaje de Mindfulness
- Mindfulness e investigaciones científicas
- Aplicaciones de Mindfulness
- Como guiar una persona en la meditación "bodyscan"

Sobre todo el mayor enfoque del taller es la práctica personal a través distintas meditaciones, dinámicas, reflexiones y prácticas físicas porque Conciencia Plena es una práctica que muestra su potencial verdadera a través "insight" personal.

Importante: el almuerzo, como parte integral de la práctica de Mindfulness de este día, será un picnic en lo cual todos los participantes comparten su comida que han llevado. Entonces, por favor no olvides a traer algo rico que quieres compartir con algunas otras personas.



FACILITADORES

Manuel Kölker



Director de Conciencia Plena Perú, profesor y terapeuta de Mindfulness-based stress reduction (MBSR). Vivió por siete años como monje budista en un monasterio en Holanda.

Se graduó en el 2003 en la primera promoción de profesores alemanes del MBSR luego de haber finalizado su carrera de enfermero médico, trabajando en hospitales, asistencia a domicilio, y practicando con doctores especializados en oncología. Actualmente atiende a través de Mindfulness (Conciencia Plena) sesiones particulares, grupos y empresas en Perú, Alemania y varios otros países de Latino América, desde 2014 guía formaciones de Mindfulness para profesionales de salud y educación.

María Elena Iglesias López



Entrenada como Facilitadora en Mindfulness en la primera promoción de Conciencia Plena Perú. Psicóloga clínica y psicoterapeuta formada en psicoterapia Gestalt, Psicoterapia Transpersonal y Auto asistencia psicológica. Sanadora energética certificada por la Escuela de Hanna Salud y Bienestar. Trabaja hace más de 20 años, en el Centro de Estudios Sociales y Publicaciones – CESI, en la prevención de la violencia hacia niñas, niños, adolescentes y mujeres adultas. Consultora independiente en estos temas así como en el Buen Trato para la primera infancia.



Fecha: 10 de Junio
Horario: 11:00 am a 05:00 pm
Inversión: S/. 200.00
Lugar: Casa NINFA (Calle Manuel Iribarren 337 – Miraflores)

Forma de pago

El pago lo pueden realizar en la cuenta de ahorros en soles **No. 194-31124993- 0-85** del Banco de Crédito del Perú y Código Interbancario: **00219413112499308590** a nombre de Manuel Kölker con Carnet de extranjería: 00997962, enviar el voucher a info@concienciaplenaperu.com para registrar el pago.

Link para ver un video (3.29min) de Conciencia Plena Perú sobre este programa:

<http://www.youtube.com/watch?v=T-BSJzcPt-8>

INFORMES E INSCRIPCIONES



☎ 973 114 755
✉ info@concienciaplenaperu.com
🌐 www.concienciaplenaperu.com
📘 www.facebook.com/ConcienciaPlenaPeru

