

RECUPERA LA "XISPA" DEL NEN@ VITAL

UN CAP DE SETMANA
D'ALEGRIA I CONNEXIÓ



Imatge artística cedida per un participant

RETIR

a CAL MASSOT

23, 24, 25 de maig de 2025

Belianes (Catalunya)

*...connectar amb una vida senzilla i plena!
jugar, atrevir-te, fer pinya, deixar-te anar, sorprendre't...*

Per reconnectar amb la teva força

Per descobrir el goig de viure

Pilar 610776780 Ester 616448922 @pilarcau.com @calmassot.com

...CONNECTAR
AMB UNA VIDA
SENZILLA I PLENA!



Versión: Castellano

*Conectar con tu espontaneidad,
Despertar tu imaginación,
Sentir tu vitalidad,
Mostrar tu sonrisa más genuina, ...
¡Despertar a tu niño vital!
¡Abrirte a la vida!*

PARA DESCUBRIR TODA LA FUERZA QUE HAY EN TI.

NUESTRO PROPÓSITO:

Nuestro propósito es liberar tensiones, descargar mochilas y soltarnos desde la risa más genuina, la risa del: Volver a sentir el gozo de vivir, descubrirnos y conectar con nuestro mundo emocional desde una vertiente corporal, lúdica, teatral, atrevida y juguetona.

Nuestro objetivo es conectar con nuestra fuerza interna, descubrir una nueva visión de nosotros. Queremos dar un homenaje a nuestro "sentido del ridículo": desprendernos de nuestra parte políticamente correcta. Descubrirnos desde "nuestra imperfección" dando espacio a la espontaneidad de nuestro niño vital.

*¿Cómo? Despertando nuestros sentidos a través del **yoga**, la **música**, el **baile** y el contacto con la naturaleza, conectando con **nuestras máscaras** a través de la **conversación**, del **juego**, del **movimiento consciente** y de sencillas **dinámicas teatrales**...pero sobre todo...*

¡Dejándonos sorprender!

¿Para qué? Para recuperar nuestra parte más vital y encarar los retos diarios con mayor bienestar.



TODOS, CONDICIONADO A LAS NORMATIVAS SANITARIAS VIGENTES.

RECUPERA LA CHISPA 18,19,20 de noviembre
DE TU NIÑ@ VITAL

RETIRO en
CAL MASSOT
(Belianes) Lleida

jordi_casas_cadevall Gracies a la Pilar i l'Esther hem pogut realitzar una profunda reflexió interior envoltats de l'harmonia i alegria que heu sabut despertar amb la vostra saviesa. Moltes gràcies 🙌🙌🙌🙌🙌

cristinaboscht Gràcies a vosaltres per fer-ho possible. Ha sigut màgic. Amor.

Un Retiro...

Para conectar con tu energía tu espontaneidad, tu parte más genuina. Para descubrir la fuerza que hay en ti.

RECUPERA LA CHISPA 18,19,20 de noviembre **5/6**

RETIRO en
CAL MASSOT
(Belianes) Lleida

merce_ggzz Una experiencia mágica, profunda i alhora terriblement divertida! Moltes gràcies a @pilarcau i @diamantenbrut per fer-ho possible i acompanyar-nos en tot moment! Sou unes craks!! 💖

Me ha gustado todo, Pilar y Ester son un encanto, pura magia. El lugar te hace conectar con la naturaleza y contigo misma. Los dueños de la casa muy amables y Mohamed, el cocinero, un amor. Soy una persona nueva tras el retiro.

Un Retiro...

Para conectar con tu energía tu espontaneidad, tu parte más genuina. Para descubrir la fuerza que hay en ti.

RECUPERA LA CHISPA 18,19,20 de noviembre
DE TU NIÑ@ VITAL

RETIRO en
CAL MASSOT
(Belianes) Lleida

👍 Me ha gustado

Ha sido una gran experiencia, me he divertido mucho. Pero a la vez, a través de estas actividades divertidas, te vas encontrado con tus emociones más íntimas. En todo momento nos hemos sentido acompañados y asesorados Son geniales, forman un gran equipo

Un Retiro...

Para conectar con tu energía tu espontaneidad, tu parte más genuina. Para descubrir la fuerza que hay en ti.

RECUPERA LA CHISPA 18,19,20 de noviembre
DE TU NIÑ@ VITAL

RETIRO en
CAL MASSOT
(Belianes) Lleida

¡Ha sido una experiencia fantástica! Ha cumplido con creces mis expectativas! Pilar y Ester han conseguido que mantengamos un ambiente de alta energía donde trabajo, diversión, entretenimiento y, sobre todo, muchas, muchas risas se entremezclaban haciendo que resurgiera con fuerza nuestra niña/o interior, curioso, vital y juguetón. Me he sentido muy cuidada y mimada durante los días del retiro. Añadir como punto extra la ubicación ya que la casa está llena de rincones de historia cuidados con mimo, y encanto. Y como punta final, el cocinero que nos ha cuidado con esmero con preparaciones riquísimas de elaboración casera.

Un Retiro...

Para conectar con tu energía tu espontaneidad, tu parte más genuina. Para descubrir la fuerza que hay en ti.

RECUPERA LA CHISPA 18,19,20 de noviembre
DE TU NIÑ@ VITAL

RETIRO en
CAL MASSOT
(Belianes) Lleida

jordi_casas_cadevall Gracies a la Pilar i l'Esther hem pogut realitzar una profunda reflexió interior envoltats de l'harmonia i alegria que heu sabut despertar amb la vostra saviesa. Moltes gràcies 🙌🙌🙌🙌🙌

Un Retiro...

Para conectar con tu energía tu espontaneidad, tu parte más genuina. Para descubrir la fuerza que hay en ti.

RECUPERA LA CHISPA 18,19,20 de noviembre
DE TU NIÑ@ VITAL

RETIRO en
CAL MASSOT
(Belianes) Lleida

Jo no ho se explicar, però, aquesta gent, d'alguna manera, son especials per a mi. El retir em va fer descobrir ànimes bessones que, com jo, encara creuen en la innocència de l'infant que tots som essencialment, i amb els que em puc expressar lliure sense por de esser jutjat, sense complexos. Puc desconnectar i viure el moment ampliant el cercle íntim de la parella o dels fills. És un tresor de la vida que tinc per sempre.

Un Retiro...

Para conectar con tu energía tu espontaneidad, tu parte más genuina. Para descubrir la fuerza que hay en ti.

PARA QUIÉN:

Para...las personas que quieran volver a conectar con su energía vital, su fuerza, su poder...

Para...las que quieran alejarse de su rutina diaria y estar en un ambiente acogedor y tranquilo.

Para...las que quieran conocerse, descubrirse, reencontrarse...

Para...las que priorizan su crecimiento personal.

Para...las que quieran conocer a personas con propósitos parecidos.

Para... quién quiera... sentir la alegría y ¡DEJARSE SORPRENDER POR LA VIDA!

TE ACOMPAÑAREMOS:



PILAR CAU VILARRUBÍ *“Solo desde el corazón se puede tocar el cielo”*. Rumi

Soy Pilar, madre de tres hijos, maestra y Coach Transformacional certificada por la ICF.

Desde muy joven mi compromiso con lo que ahora llamamos Crecimiento Personal me ha ayudado a sostener los muchos desafíos que me ha ofrecido la vida.

La decisión consciente que me acompaña y me guía en todas las circunstancias de mi vida es mirar dentro de mí, saber qué me impulsa, comprender y comprenderme, conocer quién estoy siendo en cada momento. Disfruto descubriendo mis luces y mis sombras para conectar con partes olvidadas de mí y desde aquí...atreverme a tomar decisiones.

¡No soy perfecta! Conozco el dolor, el miedo, el sufrimiento y la impotencia, y también la alegría, el gozo y el bienestar. Mi mente puede ser mi peor enemiga o mi mayor aliada. Conozco y reconozco mi ego. ¡Aprender de él está siendo un reto diario! Se ha convertido en una especie de amigo que me habla claro y me invita a ver qué está sucediendo en mi presente para que aprenda a aceptarlo y verlo como un regalo para mí.

Mis pasiones: *El baile, el teatro, conversar, yoga, ...*

Mi mejor hábito: Hacerme preguntas ¿Qué pienso? ¿Qué siento? ¿Cómo lo manifiesta mi cuerpo? ¿Cómo respiro? ¿Cómo “juzgo” a mi entorno? ¿Cuáles son los valores que me ayudan a tomar decisiones? **Saber quién estoy siendo.**

Y... mi “para qué”: Para **encontrar el estado de paz, serenidad y alegría que necesito para capear cualquier tempestad.**

ESTER VISA RIBÓ “El movimiento suave desbloquea”

Soy Ester Visa Ribó y me dedico al mundo de la psicología y del crecimiento personal. Soy entre otras cosas, Psicóloga, Terapeuta Constructivista y Profesora de Yoga. Soy una apasionada de la música, la naturaleza y de conversaciones transformadoras. En mi vida cuando más fluida me he sentido es cuando no he seguido lo reglamentario.

Para mí ser formadora es acompañarte en el mundo del autoconocimiento para tener una vida más armónica en tu día a día. Mi granito de arena sería facilitar un estilo de vida y unos hábitos muy sencillos para que la persona pueda vivir más en paz consigo misma, a pesar de las situaciones que le toque vivir a la vida. Estos nuevos hábitos son sencillos y muy potentes, ya que refuerzan la parte física, mental y emocional.

Mi propósito es que te des cuenta de que sea lo que sea lo que te pase, que tengas la fuerza, la capacidad y la energía necesaria para vivirlo de la mejor manera posible. Que toda situación y experiencia la vivas en forma de aprendizaje. Ir en sintonía con la vida. Siempre me ha funcionado hacerlo de la forma más sencilla y natural, conforme a la vida, es decir, ser consciente de cada momento: como respiramos, caminamos, como comemos, saber parar y observar el entorno, despertar nuestros sentidos, en resumen, estar presente.

DÓNDE

Realizaremos los talleres en Cal Massot, un hogar con mucha historia ubicado en un entorno natural privilegiado, un antiguo molino ubicado en Belianes, un pueblo de 586 habitantes situado en La Vall del Corb en la comarca de l’Urgell (provincia de Lleida).

Cal Massot nos ofrece el ambiente propicio para los talleres que ofrecemos, el espacio ideal para todas las personas buscadoras de cambios en su vida y que quieran desconectar de la rutina en un bonito y acogedor entorno.

Os invitamos a entrar en la web: <https://www.calmassot.com/>



ALOJAMIENTO

El alojamiento será en habitación compartida (sábanas y mantas incluidas) y baño compartido.

**Se ofertan también habitaciones individuales con baño incluido por orden de reserva.*



COMIDA

La **base** de la comida será ovolactovegetariana. Comida casera, productos de la comarca (pan, queso, huevos...), cereales ecológicos, verduras frescas y de temporada. Menús variados, platos tradicionales de sabores populares, aptos para todos los gustos. Capacidad de adaptación a las necesidades del grupo en cuanto a alergias. ¡Hecha con mucho amor!

Viernes: Cena Sábado: Desayuno, comida y cena Domingo: Desayuno y comida

Entre horas habrá servicio de fruta, infusiones, frutos secos, snacks...y fuente de agua caliente y fría de autoservicio durante todo el día.

UBICACIÓN:

Puedes buscar la ubicación siguiendo este enlace:

<https://goo.gl/maps/QDW76VFKGxjc5EZ89>

APORTACIÓN: 280 € habitación con literas, baño compartido, comidas y talleres

Si se hace la reserva **antes del día 1 de mayo** la aportación es de **250 €**

Se ofertan también habitaciones individuales con baño incluido por orden de reserva.

RESERVA:

Para hacer la reserva y tener más información contacta con nosotros a través de email o watsap
Te llamaremos.

Pilar: 610776780 pilarcau@gmail.com

Ester: 616448922 diamantenbrut@gmail.com

**¿Quieres sentir el gozo de vivir esta aventura
hacia lo desconocido?
¿Quieres REconectar con tu poder?**

**Cal Massot
“Espai amb Cor”**

**nos abrirá las
puertas para
conectar con tu
niñ@ vital**

Las abrimos juntos?