

## Terapias

### Armonía

La armonía de meridianos es un complemento de la reflexología, el Reiki, el Shiatsu, el Chi Nei Tsang, canales de luz y terapias similares. Elimina las influencias negativas y es especialmente útil para aliviar las obstrucciones intestinales, calambres, nudos, contracturas, protuberancias, mala circulación sanguínea, dolor de espalda, entre otros problemas y trastornos.

### ECOPROFESIONAL

MADRID  
TEL.: 91 501 44 99

### Terapia de canto

Los beneficios de practicar esta disciplina artística los obtenemos tanto en el plano emocional como en el físico. Además, la musicoterapia y la terapia del canto pueden ser practicadas sin contar con conocimientos previos de música, y es útil para todo tipo de personas, adultos, niños, embarazadas, etc. Un lunes al mes Cecilia Barrios, junto a Nuria Cervera, imparte un taller de musicoterapia para niños en Badalona, en colaboración con la Asociación Nens del mon. "Los niños necesitan espacios de expresión y

canalización. Ellos también sufren, y la música les ayuda a ser felices pon un momento".

### CECILIA BARRIOS

ARAGÓN, 240  
BARCELONA  
TEL.: 93 488 18 35  
[www.ceciliabarrios.com](http://www.ceciliabarrios.com)

### Linfoterapia

El sistema manual de drenaje de la Linfoterapia consigue recoger un fluido del cuerpo llamado linfa. La linfa está presente en los tejidos del cuerpo y su función es la de llevar los nutrientes a las células y recoger cualquier deshecho, sobrante, bacteria

o material extraño de los tejidos. Mediante un masaje suave y sensitivo se activan los vasos linfáticos ayudándoles a drenar las toxinas provenientes de una mala alimentación, medicación, etc., con lo que mejoran su actividad y la de los órganos relacionados.

### CESINHE

ZARAGOZA  
TEL.: 976 55 89 96

### Pindas

Un tratamiento con pindas consiste en un masaje combinado con fitoterapia, uniendo así la acción de las plantas medicinales, con la acción de los más preciados aceites esenciales. Las pindas son saquitos de tela de algodón con hierbas y aceite de jengibre. Es un tratamiento que restablece la energía, mejorando la oxigenación, por lo que es antifatiga y en especial mejora el sistema respiratorio de los alérgicos, fumadores y personas acatarradas.

## Inventar mundos para ellos

### TALLERES ESCRITURA CREATIVA

El curso, organizado por Fuentetaja, está centrado en la descripción de la literatura para niños y jóvenes, sus presupuestos básicos y en la técnica para la escritura de textos creativos para niños. Al aficionado a la escritura que se acerca por vez primera a un taller de creación le será sumamente útil ya que lo dotará de los rudimentos necesarios para el análisis y la composición, tanto de textos narrativos como líricos y cancionísticos. Al alumno con experiencia en talleres también le será de gran beneficio ya que a diferencia de otros cursos éste focaliza una zona poco conocida y de interés universal, el mundo infantil, con sus particularidades psicológicas, sociológicas e históricas.

Fecha: Del 14 al 25 de septiembre.

Lugar: San Bernardo 13, 3º izq. Madrid Tel: 91 531 15 09

### CESINHE

ZARAGOZA  
TEL.: 976 55 89 96

## Cursos

### Liberación corazas

El método de liberación de corazas es a la vez suave y profundo y respeta totalmente la individualidad de cada persona. Está comprobado que nos ayuda a habitar mejor nuestro

cuerpo, reunificando las partes del ser: corazón, cuerpo y psique. Las corazas están ocultas en nuestro cuerpo, son capas de defensa que se instalaron como reacción a la supervivencia frente a diferentes acontecimientos que suceden en nuestra vida. A partir del 14 de septiembre comienzan los cursos los lunes, martes y miércoles.

### LURDES REINA

BARCELONA  
TEL.: 699 52 90 69

### Coaching

El coaching te acompaña en el camino de lo que eres a lo que quieres ser. Es un proceso consciente de búsqueda de cambios que, por algún motivo, no podemos lograr por nuestra propia cuenta. Mediante la reflexión, la toma de conciencia y de decisiones, se alcanzan objetivos extraordinarios, y el coach te apoya en este proceso. La primera sesión es sin coste ni compromiso y podrás comprobar, por ti mismo, si el coaching es útil para que logres lo que deseas

### MINERVA LÓPEZ

MADRID  
TEL.: 669 78 29 57

### Reflexología infantil

La reflexología podal aplicada a los niños es una técnica de prevención y mejora del bienestar inocua, eficaz y fácil de aplicar cuyos

beneficios han sido sobradamente demostrados. Cuando se trata a un bebé se le pueden solucionar problemas de gases, estreñimiento o diarreas.

### CENTRO AVALON

GRANADA  
TEL.: 958 29 08 34

### Eutonía

La eutonía busca conocer qué mecanismos causan el tono muscular y cómo influir sobre ellos a través de estímulos que lo hagan adecuado a la vida cotidiana y la expresión artística. Los gestos, actitudes, respiración, la voz y en general la expresión de nuestro cuerpo se ven influidos por el tono muscular. Es una disciplina que toma el conocimiento del propio cuerpo como motor de búsqueda para hacer un buen uso de él.

### ASOCIACIÓN MADRILEÑA DE EUTONÍA

MADRID  
TEL.: 91 527 25 26

## Ideas rompedoras

### I CONGRESO INTERNACIONAL DE LIDERAZGO FEMENINO

La sede de la Escola Superior de Comerç Internacional (ESCI) de la Universitat Pompeu Fabra (Barcelona) acogerá del 16 al 18 de septiembre la celebración de un congreso pionero en Europa. Se trata del primer encuentro sobre Liderazgo Femenino que se realiza en el continente, y supone la internacionalización de un nuevo paradigma sobre cómo la mujer puede desarrollar de forma estratégica su carrera profesional. Este nuevo concepto desarrollado por Carmen García Ribas. Las inscripciones son gratuitas y se pueden formalizar a través de Internet. [www.liderazgofemenino.com](http://www.liderazgofemenino.com)

## Y TAMBIÉN

### Risoterapia

Algunas teorías médicas atribuyen efectos beneficiosos para la salud y el bienestar a la risa, dado que libera endorfinas. Un estudio demostró que algunos indicadores relacionados con el estrés disminuyen durante los

episodios de risa, lo que apoya la teoría de que el humor alivia el estrés. Las investigaciones han demostrado que hay partes del sistema límbico involucradas en la risa.

### SALUD CREATIVA

TORDERA, BARCELONA  
TEL.: 93 765 04 38

### Arteterapia

Para muchas personas es más fácil expresar los sentimientos y las emociones a través de imágenes. A veces, las imágenes son capaces de expresar lo que el pensamiento consciente no puede. Las imágenes son los

primeros depósitos de la experiencia y con una representación se puede evidenciar ese contenido. La creación artística es otra forma de hablar o escribir, mediante símbolos.

### CENTRO DRAGONFLY

PONTEVEDRA  
TEL.: 986 33 24 94

### Gestión del estrés

Nadie discute que el estrés se ha convertido en el gran enemigo de las empresas y la sociedad en general. Una buena gestión del estrés implica la detección precoz y la prevención. No se trata de eliminar el estrés en cualquier

situación, sino aprovecharlo, utilizarlo para tener energía extra para preparar alguna tarea especial: preparar un examen, organizar una fiesta, superar una crisis.

### FUNDACIÓN SAUCE

MADRID  
TEL.: 91 591 99 95

### Reflexología facial

Sin necesidad de palabras, el rostro puede llegar a transmitir los sentimientos más secretos. Cuando se presentan alteraciones de salud, el semblante se transforma silenciosamente, evidenciando los trastornos que experimenta

el organismo, por lo que para muchos la cara puede llegar a representar la totalidad corporal, tanto física como emocionalmente.

### INSTITUTO DE REFLEXOLOGÍA FACIAL LONE SORENSEN

DIPUTACIÓN, 341  
BARCELONA  
TEL.: 93 265 57 00