



Asociación MENTE ACTIVA de Cantabria

c/ Miguel de Unamuno s/n
39012 – Santander
G39062658
Tfn: 942 336 796

asocmenteactiva@gmail.com
<https://www.asocmenteactiva.org/>



Estimado Socio:

Santander, agosto, 2026

Cultiva tu mente

sábado 5 septiembre de 17 h. a 20 h.

Como siempre haré terapia de hipnosis con la persona que más lo necesite y se preste a ello para solucionar problemas de miedos, ansiedad, angustia, adicciones y cualquier tipo de dolencias físicas, mentales y emocionales. A continuación, haremos una hipnosis grupal para descubrir cual son tus lecciones de vida.

Todos tenemos emociones e historias que se nos repiten sin saber por qué. Sucesos dolorosos que no entendemos a lo largo de nuestra vida. Profundizaremos en estado hipnótico para sanarlos.

Imparte: Fernando Trigueros

Solo socios

Las Dos Fuerzas que Habitan en Ti

viernes 11 septiembre 20 h.

Todos albergamos una energía masculina y otra femenina, independientemente del sexo o el género. En esta charla descubriremos cómo influyen en nuestra forma de actuar, sentir y relacionarnos, y cómo los arquetipos paterno y materno modelan ese equilibrio.

Imparte Noelia Vazquez

Entrada libre

Esto ya lo sabías

Sábado 12 septiembre 17 h.

Esto ya lo sabías es la primera experiencia abierta de SCM, Sistema-Cosmo-Mecánico, un recorrido para comenzar a observar al individuo, sus relaciones y su manera de habitar el mundo como partes de un sistema.

Imparte: Nicolás Gutiérrez Tejido de scm system

Entrada libre

La comunicación que transforma nuestras relaciones

viernes 18 septiembre 20 h.

Pequeños cambios para entendernos mejor.

Imparte Germán Bertolotto

Entrada libre

¿Sientes que tropiezas siempre con la misma piedra?

viernes 25 septiembre 20 h.

Una charla clara, cercana y sin complicaciones sobre Constelaciones Familiares

Imparte: Ana Rosa González

Entrada libre.

REIKI-DO: arte marcial interior

viernes 2 octubre 20 h.

Profundizar en el concepto del Reiki como un arte marcial es desvelar su esencia más profunda y poderosa. La clave para transformarlo de una terapia pasiva a una disciplina activa de automaestría.

Imparte: Cristina Lanza

Entrada libre

Cultiva tu mente

Sábado 10 octubre de 17 h a 20 h.

Comienzo con la terapia individual para ayudar a la persona que más lo necesite y quiera mejorar en cualquier aspecto que le esté molestando. A continuación, haremos una hipnosis grupal en la que iremos al fascinante mundo de las vidas pasadas. Regresaremos a aquellas que hayan marcado tu alma.

Imparte: Fernando Trigueros

Solo socios

Curso de MENTE ACTIVA

sábados y domingos 17, 18, 24 y 25 de octubre.

Horario: Sábados 15,30 h. a 20,30 h.

Domingos 09,00 h. a 14,00 h.

Imparten: Luis y Pepe Teja.

Si te apetece anunciarlo en sus redes sociales puedes compartir el siguiente texto (para poner todos el mismo):

Curso “MENTE ACTIVA”

Te invitamos al curso de la Asociación Mente Activa de Cantabria. Se celebrará en el local de la Asociación en c/ Miguel de Unamuno, Santander los días **17, 18, 24 y 25 de octubre.**

Horario: Sábados de 15,30 h. a 20,30 h. y domingos 09,00 h. a 14,00 h.

Es un curso de auto control mental y relajación con los siguientes objetivos: Aprender a relajarte de una forma sencilla y rápida. Mejorar tu autoestima y ayudar a descubrirte. Eliminar de tu vida tensiones, fobias, etc. Prevenir enfermedades psicosomáticas. Mejorar tu salud (insomnio, jaquecas, etc.) Incrementar tu nivel de percepción de lo que te rodea. Potenciar tu actividad mental creativa.

El curso es gratuito. Información e inscripciones: asocmenteactiva@gmail.com

Sonido, Movimiento y Chakras: Voz y Ritmo en Conexión**Sábado 31 octubre de 16,30 h. a 19,30 h.**

Activación de los chakras mediante ritmos específicos, canto de vocales y movimiento consciente.

Exploración e improvisación colectiva integrando voz, cuerpo y ritmo.

Información: aliteji@hotmail.com**Imparte Nicolás y Esteban Gutiérrez y Alicia Tejido.****Entrada libre**

Actividades SÓLO PARA SOCIOS que se realizan semanalmente en el local de la Asociación:

<u>Día</u>	<u>Hora</u>	<u>Actividad</u>	<u>Responsable</u>
Lunes	18,30 h. a 21,30 h.	Reiki	Beni 686.641.028
Martes	18,00 h. a 19,30 h.	Yoga	Paz 619.704.596
Martes	20,00 h. a 21,30 h.	Técnica trabajo y rueda energía	
Miércoles	19.00 h. a 21.00 h.	Meditación	Isaías 676.910.030
Jueves	17,30 h. a 19,30 h.	Yoga y meditación zen	Mª José 619.812.632
Jueves	20,15 h. a 21,45 h.	Técnicas energéticas japonesas	Cristina 630.432.467 (presencial y online)

Recibe un cordial saludo,



María del Val

***"Un libro abierto es un cerebro que habla
cerrado un amigo que espera;
olvidado, un alma que perdona;
destruido, un corazón que llora."
Proverbio hindú***

Conexión AMAC

Queremos daros las gracias, muy de verdad, a todas las personas que, por distintos motivos, no podéis participar de las actividades que ofrece la asociación, pero que sin embargo participáis de la idea de que AMAC siga existiendo y la sostenéis con vuestras cuotas.

Por este motivo, sin que tengáis que cambiar vuestras actividades, ni acudir físicamente a la asociación os hacemos la siguiente propuesta:

Todos los días 1 de cada mes, a la hora que cada uno pueda o quiera, entraremos en nuestro estudio y nos proyectaremos al local de la asociación. Allí te "encontrarás" con tus amigos de AMAC que se habrán proyectado como tú y cada uno hará su relajación y la programación que desee. Acabado este trabajo podremos "saludar", "charlar", "abrazar" a los compañeros y finalmente, regresar a nuestro estudio y a nuestro punto de partida. Nos encontraremos felices y con ganas de repetir la experiencia.

¿Te gusta la idea? Pues nos "vemos" el próximo día 1.

Por si prefieres escuchar la técnica hemos preparado un audio para facilitar esta conexión AMAC, lo puedes descargar pinchando en este enlace: https://www.asocmenteactiva.org/audios/Proyeccion_al_local.mpeg
