

AUTOAMOR EN FEZ

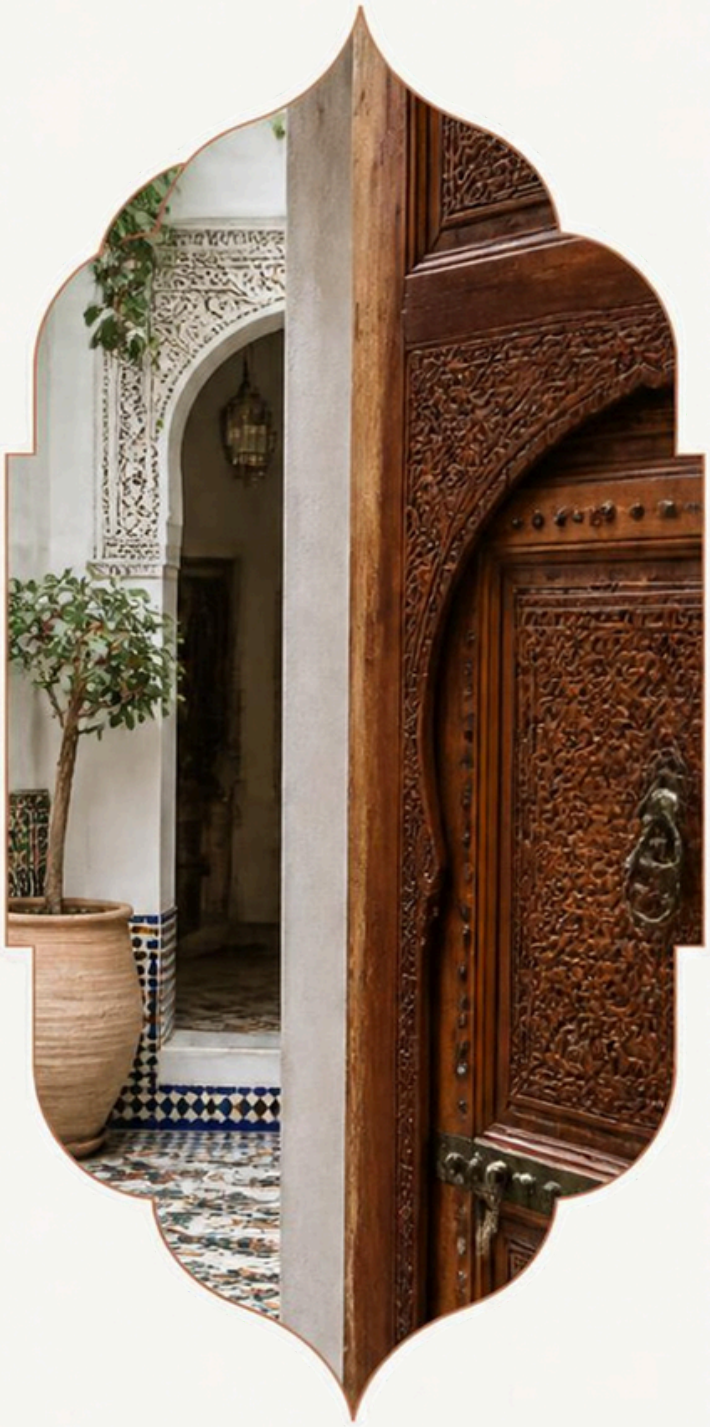
con Laura Chica

El regalo de poner tu vida en PAUSA para estar contigo

12-15 febrero 2027

Días de ti

Un fin de semana de calma, cuidado y encuentro entre mujeres en Fez, Marruecos.



De cuidar y resolver a simplemente ser, estar y descansar. Ser tu centro. Ser.

Este fin de semana es una invitación a vivir unos días de ti.

A descansar sin tener que justificarlo.
A disfrutar sin pensar en lo que deberías estar haciendo.

A dejarte cuidar, aunque estés acostumbrada a ser quien cuida.

Nos encontraremos en un precioso riad en Fez para compartir una experiencia de paz, desconexión y autoamor.
Con todas las comidas incluidas, masaje, hammam, actividades, círculo de mujeres y pequeños detalles preparados con cariño.

12 de febrero: llegada

13-14 de febrero: Autoamor

15 de febrero: vuelta a casa

AUTOAMOR: DARTE UN LUGAR EN TU PROPIA VIDA

El autoamor también está en las decisiones que tomas sobre cómo quieres tratarte. Este encuentro nace para darle al autoamor un espacio real: tiempo, descanso, escucha, placer y cuidado. Ser tu centro un fin de semana. Con amor y desde el amor y la gratitud a ti misma.

INTENCIÓN

POR QUÉ CONMIGO

Quiero acompañarte desde una mirada que une desarrollo personal, psicología y autoamor, pero, sobre todo, desde una forma cercana y respetuosa de entender el cuidado. En mis palabras y en mi trabajo hay una invitación constante: aprender a relacionarte contigo con más comprensión y menos exigencia.
Eso es lo que quiero aportar a estos días. Crearemos espacios donde puedas compartir sintiéndote segura y en paz.

LUGAR

POR QUÉ FEZ

Hay lugares que invitan a bajar el ritmo y prestar atención de otra manera. Fez tiene una profunda tradición espiritual y cultural y es uno de los grandes referentes históricos del islam en Marruecos. Su medina, sus patios y su arquitectura ofrecen un entorno especial para esta pausa.

La elegimos por lo que puede aportar a la experiencia: salir de lo cotidiano, descubrir otra forma de habitar el tiempo y encontrarnos en la paz de un precioso riad que será nuestro espacio de descanso y convivencia.

Cambiar de escenario puede ayudarnos a dejar de funcionar, por unos días, como siempre, y ser el centro de ti misma.

Fez será el lugar. El autoamor será la intención.



LO QUE VAMOS A COMPARTIR

01



Descanso en un precioso Riad en la medina de FEZ —

Un espacio donde alojarnos, encontrarnos y disfrutar de momentos de calma.

02



Todas las comidas incluidas —

Sentarte a la mesa, conversar y dejarte cuidar también en lo cotidiano.

03



Masaje y hammam —

Tiempo dedicado al cuerpo. A atenderlo, disfrutarlo y recordar que no está aquí únicamente para sostener tu ritmo.

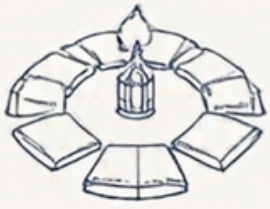
04



Actividades de autoamor —

Propuestas para escucharte y explorar cómo te estás tratando, respetando tu momento y tu manera de participar.

05



Círculo de mujeres —

Un espacio de palabra y escucha respetuosa. Podrás compartir si lo deseas; no tendrás que contar nada que prefieras guardar para ti.

06



Tiempo sin llenar —

Porque descansar también necesita espacio.

No hacer para ser.

Y detalles preparados con cariño para sumar autoamor a estos días.

ES PARA TI SI...

- **Te has acostumbrado a dejarte para después.** Atiendes lo urgente, lo pendiente y las necesidades de otras personas, pero te cuesta hacer sitio a las tuyas.
- **Estás atravesando un cambio.** Necesitas distancia del ruido cotidiano para escuchar cómo estás viviendo esta etapa.
- **Te cuesta descansar sin culpa.** Incluso cuando paras, sientes que deberías estar haciendo algo.
- **Echas de menos disfrutar.** Quieres algo más que cumplir, resolver y llegar al final del día.
- **Deseas compartir con otras mujeres.** Encontrarte sin competir, sin compararte y sin tener que demostrar nada.
- **Te apetece regalarte esta experiencia.** Sin una crisis que explicar ni una razón más importante que tus propias ganas.

No necesitas experiencia previa en retiros.
Puedes venir con ilusión, con cansancio,
con preguntas o con ganas de silencio.



SIN EXIGENCIA ✦ A TU RITMO

LO QUE PUEDES ENCONTRAR EN ESTOS DÍAS

Cada mujer vivirá la experiencia
de una forma distinta.
No hay una emoción obligatoria
ni un resultado que debas conseguir.

Si habrá espacio para descansar,
disfrutar, sentirte acompañada
y mirar tus necesidades con más atención.

Quizá descubras algo que llevabas
tiempo sin escuchar.
Quizá tengas una conversación
importante.

Quizá lo más valioso sea dormir,
recibir un masaje y pasar unas horas
sin estar pendiente de todo.
Eso también cuenta.

Este encuentro es una experiencia de bienestar y desarrollo personal;
no sustituye un proceso terapéutico ni la atención sanitaria que puedas necesitar.

PORQUE TE LO MERECES



AUTOAMOR · Días de ti.

Un fin de semana para que el cuidado que tantas veces das también tenga tu nombre.

Fez será nuestro lugar de encuentro.

El tiempo, por unos días, también será para ti.

12-15 febrero 2027	Máximo 10 personas	Vuelos y traslados no incluidos (muy económicos)

Habitación individual con todo incluido: 595
(habitación privada en Riad, masaje, hammam, tour, desayunos, comidas y actividades terapéuticas)

Habitación compartida con todo incluido: 555
(habitación compartida en Riad, masaje, hammam, tour desayunos, comidas y actividades terapéuticas)

Tu lugar también puede ser para ti.

Reserva tu plaza

hablemos@laurachica.com