

# RETIRO PARA NIÑAS

## LA TIENDA ROJA

ENCARNANDO LOS ARQUETIPOS

Montseny

Del 20 hasta el 25 de julio 2026

A partir de 8 años

@ciclosconscientes

## ¿CUÁL ES EL PROPÓSITO DE ESTOS DÍAS?

Durante estos días, las niñas tendrán la oportunidad de empezar a elegir desde sí mismas, guiadas por sus propios intereses y ritmos, en un entorno seguro y acompañado.

A diferencia de otros años, este encuentro se abre a una forma más orgánica: un pequeño festival donde la Tienda Roja será el corazón, el lugar de encuentro donde nos reuniremos cada mañana y cada tarde para abrir y cerrar el día juntas.

Durante el día, podrán elegir entre distintos talleres, corporales y artísticos, con la naturaleza y las plantas como guía, iniciando así un camino de autonomía, exploración y encarnación de los arquetipos menstruales.

Cada propuesta estará vinculada a una energía arquetípica que se explorará tanto desde el cuerpo como desde la creación, permitiendo que estas cualidades no solo se comprendan, sino que se vivan, se sientan y se integren.

# PROGRAMA ORIENTATIVO DEL ENCUENTRO

## LUNES 20 DE JULIO

17:00 h Llegada y acogida

Ordenamos pertenencias y habitamos el espacio

18:00 – 19:30 h Ceremonia de apertura · Tienda Roja

20:00 h Cena

21:00 - 22:00 h L'Aleria del Juego

---

## MARTES 21 DE JULIO - LA DONCELLA

09:00 – 10:00 h Desayuno

10:00 – 11:00 h Apertura del día · Tienda Roja

11:00 – 13:00 h Taller a elegir: El cuerpo que despierta · Atadillo de plantas

13:00 – 14:30 h Comida

14:30 – 16:30 h Espacio personal

16:30 – 18:30 h Taller a elegir: Movimiento de colores · Luz de flores

18:30 – 19:30 h Cierre del día · Tienda Roja

19:30 – 21:00 h Cena

21:00 – 22:30 h Piscina nocturna

## MIÉRCOLES 22 DE JULIO - LA MADRE

- 09:00 – 10:00 h Desayuno
  - 10:00 – 11:00 h Apertura del día · Tienda Roja
  - 11:00 – 13:00 h Taller a elegir: Danzar el automaternaje · Tu bolsa medicina
  - 13:00 – 14:30 h Comida
  - 14:30 – 16:30 h Espacio personal
  - 16:30 – 18:30 h Taller a elegir: El cuerpo en relación · Cuidado con plantas
  - 18:30 – 19:30 h Cierre del día · Tienda Roja
  - 19:30 – 21:00 h Cena
- 

## JUEVES 23 DE JULIO · LA HECHICERA

- 09:00 – 10:00 h Desayuno
- 10:00 – 11:00 h Apertura del día · Tienda Roja
- 11:00 – 13:00 h Taller a elegir: La voz que emerge · La alquimia de la vida
- 13:00 – 14:30 h Comida
- 14:30 – 16:30 h Espacio personal
- 16:30 – 18:30 h Taller a elegir: Movimiento auténtico · Ritual y transformación
- 18:30 – 19:30 h Cierre del día · Tienda Roja
- 19:30 – 21:00 h Cena
- 21:00 – 22:30 h Piscina nocturna

## VIERNES 24 DE JULIO · LA ANCIANA

- 09:00 – 10:00 h Desayuno
  - 10:00 – 11:00 h Apertura del día · Tienda Roja
  - 11:00 – 13:00 h Taller a elegir: Habitar el silencio · Integración y creación
  - 13:00 – 14:30 h Comida
  - 14:30 – 16:30 h Espacio personal
  - 16:30 – 18:30 h Taller a elegir: Movimiento autentico · Cierre creativo
  - 18:30 – 19:30 h Cierre del día · Tienda Roja
  - 19:30 – 21:00 h Cena
  - 21:00 – 23:00 h Fiesta en el bosque
- 

## SÁBADO 25 DE JULIO

- 09:00 – 10:00 h Desayuno
- 10:00 – 13:30 h Recogida e integración
- 14:00 h Llegada de las familias
- 15:00 h Ceremonia de cierre

Haremos una reunión virtual informativa el lunes 15 de junio a las 19h donde resolveremos dudas y compartiremos detalles del retiro

# S O M O S



## ESTER PICCINOTTI

Soy la creadora de Ciclos Conscientes. Acompaño a niñas, adolescentes y familias en los procesos de transformación de la adolescencia, integrando saberes ancestrales y necesidades actuales.

Promuevo una educación basada en la igualdad, la empatía y la sororidad, con el propósito de contribuir a una nueva conciencia colectiva más respetuosa de los ciclos vitales.



## MARINA LACASAÑA

Soy veterinaria integrativa, especialista en nutrición funcional.

Creo en el poder de la alimentación para sanar y como un lenguaje de amor y ternura.

Mi camino también está inspirado por las mujeres. Facilito círculos y dinámicas para crear comunidad entre nosotras y recuperar espacios seguros de autocuidado, empoderamiento y creatividad.



## JULIA ESTEVEZ

Me considero una mujer empática, sensible, intensa y afortunada. Me dedico a la terapia con animales, la educación en prevención de violencia machista en colegios e institutos, y la danza.

Estaré presente en los retiros de Ciclos Conscientes para ofrecer mi pasión y vocación por la danza, la cocina y el cuidado entre mujeres.



## EL ESPACIO

En el corazón del municipio de Fogars de Montclús, se encuentra La Traüna, abrazada por la inmensidad del Parque Natural del Montseny.

Es una antigua masía de montaña, resguardada entre encinas, robles, hayas y castaños centenarios que custodian la vertiente sur del Turó del Home. Un rincón donde la naturaleza late con fuerza y delicadeza a la vez, donde el silencio es la medicina.

La Traüna es más que un alojamiento: es un refugio mágico. Un espacio donde el bosque nos envuelve y nos recuerda lo esencial. Allí viviremos unos días de conexión profunda con las montañas del Montseny y con sus aguas puras, dejando que su energía nos atraviese, nos limpie y nos enraíce.

Un lugar donde el tiempo se aquieta, el aire se siente más limpio para que el corazón encuentre su propio ritmo.

# ¿QUÉ APORTARÁ ESTE ENCUENTRO?

---

## AUTODECISIÓN Y AUTONOMÍA

Un espacio donde empezar a elegir desde los propios gustos, intereses y necesidades, fortaleciendo la confianza en una misma.

## ENCARNACIÓN DE LOS ARQUETIPOS MENSTRUALES

Vivir en primera persona las energías de la Doncella, la Madre, la Hechicera y la Anciana, integrando sus cualidades en el cuerpo, el vínculo y la creatividad.

## CONCIENCIA EMOCIONAL Y SOMÁTICA

A través del cuerpo, el movimiento y la expresión, aprender a reconocer, sentir y acompañar las propias emociones, promoviendo bienestar y autorregulación.

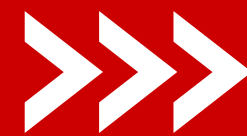
## INTEGRACIÓN Y SENTIDO

Un tiempo para parar, escuchar e integrar lo vivido, llevándose herramientas internas para el día a día.

# APORTACIÓN ECONÓMICA 450€ - 2 HERMANAS 360€

Incluye alojamiento, acompañamiento y materiales

✓ **PRIMER PAGO**  
250 € para reservar plaza,  
TENDRÁS QUE HACER UNA  
TRANSFERENCIA BANCARIA  
antes del 20 de abril



Banco: BBVA Titular: Ester Piccinotti  
Número de cuenta: ES6601820262940202411365  
Concepto: nombre hija + LA TIENDA ROJA  
UNA VEZ REALIZADO EL PAGO  
tendrás que enviar el justificante a  
[ester@ciclosconscientes.com](mailto:ester@ciclosconscientes.com)

✓ **ÚLTIMO PAGO**  
200 € Directamente en el encuentro EN EFECTIVO -  
220 hermanas €

## Política de cancelaciones

Se aplicarán las siguientes condiciones: Las cancelaciones realizadas hasta el 1 de junio tendrán derecho a la devolución del importe abonado, descontando un 15 % del total, correspondiente a gastos de gestión y organización.

A wide-angle landscape photograph of a mountain valley. In the foreground, there is a lush meadow filled with numerous small, vibrant flowers in shades of yellow, orange, and purple. A narrow, winding dirt path leads from the meadow towards the middle ground, where it curves through a dense forest of tall, dark evergreen trees. The background features a series of majestic, layered mountain ranges under a clear blue sky with scattered white clouds. The overall scene is bright and colorful, capturing the beauty of a high-altitude summer landscape.

ESTE VERANO VA A SER INOLVIDABLE

[www.ciclosconscientes.com](http://www.ciclosconscientes.com)