

*Un paso para ti
puede cambiar
todo.*

Retiro desde casa

Un espacio real para parar, escucharte y empezar a sentirte mejor.

Dedica 1 o 2 días a ti, desde la comodidad de tu casa, con el acompañamiento de profesionales de REVAL y un grupo reducido de personas como tú.

*No tienes que irte lejos para encontrarte.
A veces,
el mayor viaje
empieza en casa.*



Más calma

Más claridad

Más yo

¿Te ves en alguna de estas situaciones?

Un retiro puede ayudarte, sea cual sea tu punto de partida.



Necesito parar y descansar. Estoy agotado/a.



Tengo estrés, preocupaciones y siento que todo me supera.



Me cuesta dormir o mi mente no se detiene.



Estoy viviendo un duelo, una pérdida o un momento difícil.



Mi relación de pareja no va bien o estoy pasando por una separación.



Me cuesta poner límites y siempre doy más de lo que tengo.



Tengo baja autoestima, inseguridad o siento que no soy suficiente.



Quiero tomar una decisión importante y no sé qué hacer.



Siento ansiedad, tristeza o me falta motivación e ilusión.



Estoy en una etapa de cambios y quiero encontrar claridad.



Me cuesta gestionar mis emociones (enfado, miedo, culpa...)



Me siento solo/a, incomprendido/a o desconectado/a de los demás.



Quiero conocerme mejor y entender lo que me pasa.



Siento que no disfruto y que he perdido el rumbo.



Simplemente sé que algo no va bien y quiero dedicarme tiempo a mí.

En un retiro puedes...



Entender mejor lo que te pasa.



Ganar claridad y nuevas perspectivas.



Recuperar tu equilibrio y tu bienestar.



Sentirte más tranquilo/a, con más energía y confianza.



Dar un paso hacia la vida que quieres, desde el primer día.



Desde tu casa.
En directo.
Con profesionales.
En un grupo reducido.



Puedes vivir la experiencia en **2 días** y si prefieres empezar por 1, también puedes.



Personas reales, como tú.

Cuidarte también es avanzar.



QUIERO MÁS INFORMACIÓN →

BIENESTAR QUE SE ADAPTA A TU VIDA

Tu momento puede ser ahora.



Retiro desde casa

Todo preparado para que vivas una experiencia completa, sin salir de casa.

Te guiamos paso a paso para crear tu espacio, organizar tu tiempo y conectar contigo y con el grupo, como si estuvieras en un retiro presencial.



Mismo ambiente,
diferente lugar.
La misma esencia
del retiro,
en tu casa. ♥

- ✓ Desconecto
- ✓ Respiro
- ✓ Me cuido
- ✓ Avanzo

1.

Prepara tu espacio

Te acompañamos para que tu casa se convierta en tu lugar de retiro durante 1 o 2 días.



No necesitas nada especial,
solo las ganas de regalarte
este tiempo.



Tu casa
también puede
ser un lugar
extraordinario. ♥



TU RINCÓN DE RETIRO

Te indicamos cómo crear un espacio cómodo, tranquilo y libre de distracciones.



ORGANIZA TU TIEMPO

Te ayudamos a planificar el día para que puedas disfrutarlo al máximo.



TODO LISTO

Recibirás una guía con recomendaciones, materiales y acceso al encuentro en directo.



CUENTA CON NUESTRO APOYO

Antes del retiro, resolvemos tus dudas y te acompañamos en la preparación.

2.

Vive tu retiro

En directo, con profesionales de REVAL y un grupo reducido de personas como tú.

Déjate acompañar.
Tú solo tienes que estar. ♥



EN BUENA COMPAÑÍA

Un grupo reducido para compartir y sentirte acompañado/a.



PROFESIONALES REVAL

Te guían en todo momento con cercanía, experiencia y humanidad.



ACTIVIDADES VIVENCIALES

Dinámicas, reflexiones, prácticas y espacios de autoexploración.



TIEMPO PARA TI

Pausas, integración y momentos de calma.



TE LLEVAS MÁS

Nuevas perspectivas, recursos y algo muy valioso: tiempo para ti.

Elige tu opción

Tú marcas el ritmo. Ambas opciones te permiten vivir un retiro completo y significativo.



2 DÍAS

Sábado y domingo

- ✓ Más tiempo para profundizar
- ✓ Integra y asimila mejor
- ✓ Una experiencia más completa

175 €



1 DÍA

Jueves o sábado

- ✓ Una forma perfecta de empezar
- ✓ Vive la esencia de un retiro
- ✓ Un gran paso para tu bienestar

95 €



Consulta las fechas

En nuestro calendario encontrarás todas las fechas disponibles.

VER CALENDARIO
DE FECHAS →

Tu momento
puede ser ahora. ♥



Personas reales.
Experiencias reales.
Como tú. ♥

Para mejorar tu vida, no lo dudes.

Un tiempo para ti. Un gran paso en la dirección que quieres.

RESERVA TU PLAZA →



CUIDARTE
TAMBIÉN ES AVANZAR



GRUPOS REDUCIDOS
Y CERCANOS



UN ESPACIO SEGURO
Y SIN JUICIOS



HERRAMIENTAS REALES
PARA TU DÍA A DÍA