



Bienvenidas, bienvenidos y bienvenides

Anda Riega
Lab

Un espacio de encuentro para poder sembrar

Explora





Explora a AndaRiegaLab

En AndaRiegaLab creemos en el poder de la educación y la experiencia para transformar vidas. Te ofrecemos herramientas y recursos para cultivar tu crecimiento personal y desarrollar habilidades que te permitan impactar positivamente en nuestra casa común.

Desde AndaRiegaLab te invitamos a sembrar, aprender, y compartir tus saberes mediante procesos pedagógicos, experienciales, comunicativos y de acompañamiento para sanarNOS y elevar colectivamente el nivel de conciencia y organización social en pro de la sanación de nuestro planeta y personal

Queremos transmitirte lo que hemos aprendido a través de este espacio seguro que es ANDARIEGALAB. para hacer que los sueños sucedan.

Regar, sembrar y cosechar juntxs





VIAJE INTERIOR

Este es un proceso de autodescubrimiento y conexión con tu ser interior. Te invito a recorrer este camino para descubrir al ser humano soñador, explorador y curioso que hay dentro de ti. Solo al caminar en los infinitos hilos de aire, luz, agua y tierra que atraviesan nuestro planeta, podrás construir tus nuevos mundos, caminos y conectar con tu medicina.

Reconocerte a ti mismo es el primer paso para poder aportar. En este espacio, vamos a Andarregar para lograr estar en armonía y plenitud con nosotros mismos, continuando nuestro camino y conectándonos con el territorio que exploramos.



VIAJE INTERIOR

Nuestro proceso formativo se divide en varios momentos flexibles:

- Raíz: "Caminando me reconozco" – Práctica de Escucha Activa Personal.
- Tallo: "Sueños" – Exploración de tus aspiraciones más profundas.
- Tallo: "Identificar luz y oscuridad" – Reflexión sobre las luces y sombras en nuestro camino.
- Hoja: "Exploración de nuevos caminos" – Descubrimiento de nuevas posibilidades y oportunidades.
- Flor: "Cierre y acción" – Integración de aprendizajes y definición de acciones concretas hacia tus metas.