



Círculo de Mamas y Bebés



*"Cuando nace un bebé,
también nace una madre."*



Un espacio para
fortalecernos en comunidad.



1 h 20



Jueves o
Sábados
de cada
semana



LECTURAS QUE ACOMPAÑAN



Lecturas que acompañan
nuestra conversación
e inspiran la expresión de
nuestras experiencias
personales.



CANTOS QUE NOS ALIENTAN



Cantos que nos dan el
aliento para la armonía
de nuestro sentir.



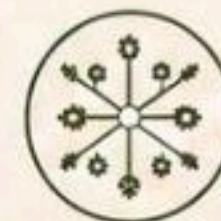
BAILES QUE NOS CONECTAN



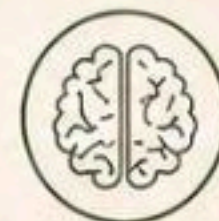
Bailes que nos conectan.
La melodía que marca el ritmo
del cuerpo para liberar y
conectar más profundo con
nuestro interior y con bebé.



SUSTENTADAS POR



Herramientas
de Astrología



Biodescodificación
(medicina germánica)



Antroposofía

Herramientas que nos ofrecen
miradas profundas para comprender,
transformar y acompañar nuestro
camino de manera consciente.



Conectar, hacer tribu, nutrir el alma.



<https://www.ajustapalabra.com/circulomom>



@circulodemamasybebes



WhatsApp 6671282692 Ingrid

Círculo de Mamas y Bebés

Autoconocimiento y expansión de la energía a través de experiencias sensoriales.



¿Estás embarazada o tienes un bebé recién nacido o de hasta 9 meses? Este es un espacio para ustedes.



MES 1: CONOCERNOS

Presentación de la Carta Astral de cada una. Vamos a estudiar y entender el mapa psíquico de esta vida.

- ☉ El yo (Sol)
- ♀ Mis relaciones (Venus)
- ☿ El pensar (Mercurio)
- ♂ Mi accionar (Marte)
- Asc Mi personalidad (Ascendente)
- ♄ Mi disciplina o el trabajo (Saturno)
- ♊ La herida o engramas ancestrales (Quirón)
- ♋ Los Nodos (el pasado y mi propósito)

Evaluaremos los tránsitos planetarios colectivos y cómo usarlos a nuestro favor.



CICLO DE VERANO
- INICIA -
Agosto 20 y Agosto 22



HORARIOS
Jueves de 17:00 a 18:30
ó
Sábados de 11:30 a 13:00



LUGAR
Kaizen
Aurora 8, 77506
Cancún, Q.R



INTERCAMBIO
\$400 la sesión ó
\$1400 x 4 sesiones

CONTACTO:

- Instagram: @circulodemamasybebes
- WhatsApp Ingrid 6671282692
- <https://www.ajustapalabra.com/circulomom>

GRUPO ÍNTIMO DE MÁXIMO 10 MAMÁS
Presencia, amor y transformación.



MOVIMIENTO SOMÁTICO O MEDITACIÓN EN MOVIMIENTO

Atentas al sentir, una herramienta de la danza que nos permite mirar hacia dentro y hacer consciente lo que el cuerpo ha almacenado para poder liberarlo y transformarlo en el arte de SER.

Este proceso es ligero y sutil, acompañado de música, siempre respetando la armonía del bebé; nunca se volverá dramático ni pesado.



LECTURA

Introducción a los primeros años de vida del niño, el mundo espiritual y la fuerza encarnativa de la madre en el niño.



CANTOS MEDICINA

Para aligerar el corazón y abrirme a la expresión más elevada que me permita ser yo misma.



¿Quién facilitará este círculo? ♥



Ingrid
Payen Álvarez



Mamá de Maximus desde
el 12 de enero de 2026.



Nacida en Sinaloa durante
la primavera de 1996.



FORMACIÓN ACADÉMICA

Ingeniera Ambiental de profesión, con más de una década dedicada al estudio del ser humano, el desarrollo infantil y el acompañamiento integral de las familias.



EXPERIENCIA EDUCATIVA

8 años como maestra de danza (ballet y danza contemporánea) y 3 años como docente de inglés. Experiencias que me han permitido comprender el desarrollo psicomotor, la expresión corporal, el aprendizaje y la comunicación en la infancia.



FORMACIÓN COMPLEMENTARIA

Estudios y cursos en psicología del desarrollo y transpersonal, astrología evolutiva, antroposofía, medicina germánica y biodescodificación, trabajo con sueños, movimiento somático, voz y canto medicina, y prácticas contemplativas.



SABIDURÍA ANCESTRAL

Durante 4 años caminé junto a comunidades indígenas americanas y mexicas, participando en ceremonias como temazcales, búsquedas de visión y rituales en la naturaleza, fortaleciendo mi conexión con los ciclos de la vida y el sentido comunitario.



MI PROPÓSITO

Tender puentes entre el conocimiento académico, la experiencia vivida y la sabiduría de distintas tradiciones. Crear espacios donde las madres se sientan escuchadas, acompañadas y sostenidas, integrando herramientas que favorezcan el autoconocimiento, la presencia y el crecimiento individual y colectivo.

Creo profundamente que cada nacimiento transforma a toda una familia y que la maternidad florece con mayor fuerza cuando se vive en comunidad. ♥