RETRAITES & VERBLIJF

Jávea
Spanje

CASA CENTRO MIO

Casa Centro Mio is een kleinschalige, liefdevolle plek in Jávea (Spanje), waar mensen mogen thuiskomen in zichzelf. In een rustige en natuurlijke omgeving begeleid ik mensen in persoonlijke retraites en verdiepende sessies, afgestemd op hun unieke hulpvraag.

Retraites – persoonlijk en verdiepend

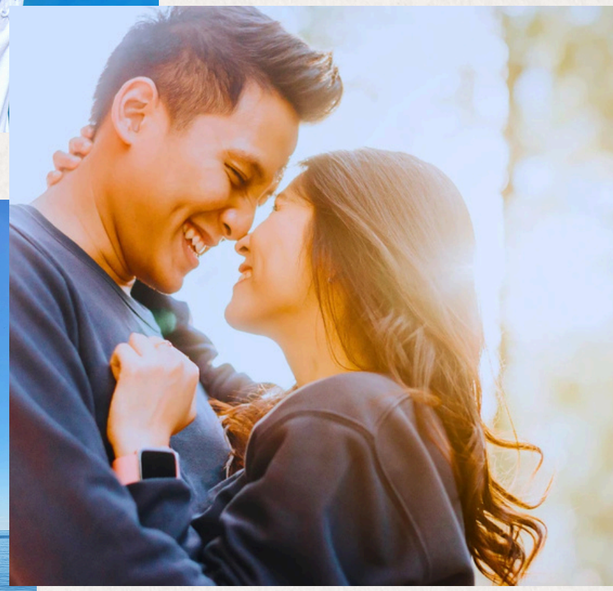
Een retraite bij Casa Centro Mio is geen standaard programma, maar een diepgaand proces dat volledig wordt afgestemd op jou. In de rust en geborgenheid van deze plek begeleid ik je in een traject waarin je mag landen in jezelf en thuiskomen bij wat er werkelijk toe doet.

Voor wie verlangt naar ruimte, rust en een plek om thuis te komen in zichzelf.

VOOR WIE ZIJN DEZE RETRAITES BEDOELD?

Voor iedereen die voelt dat het tijd is om stil te staan en te verdiepen. Bijvoorbeeld:

- Als je even uit de stroom van het dagelijks leven wilt stappen en weer contact wilt maken met jezelf.
- Als je merkt dat je vastloopt in patronen, gevoelens of keuzes.
- Als je samen met een partner, familielid, collega of compagnon iets wilt onderzoeken in jullie dynamiek.
- Als je op een kruispunt staat, of de verbinding met jezelf of je levensrichting wilt herstellen.
- Of je alleen komt of samen, het retraiteproces is persoonlijk, afgestemd en transformerend.



VOOR KOPPELS - RUIMTE OM ELKAAR OPNIEUW TE ONTMOETEN

Relaties vragen zorg en aandacht.

Als het schuurt of stagneert, help ik jullie helder krijgen wat eronder ligt en wat nodig is om weer met elkaar te verbinden.
In een veilige setting werken we in de ochtenden met gezamenlijke en individuele sessies aan inzicht en verbinding. De middagen bieden rust, ruimte en tijd samen, zonder agenda.

DAGINDELING

Elke ochtend of middag ontvang je persoonlijke begeleiding. Dit bestaat uit:

- Een begeleide meditatie, yoga of reflectieve oefening
- Een 1-op-1 sessie (bijv. counseling, IEMT, opstelling, lichaamssessie of innerlijk kindwerk)
- Tijd voor integratie, stilte, schrijven of een opdracht om mee te nemen

Voor wie verlangt naar ruimte, rust en een plek om thuis te komen in zichzelf.

WAT IS INBEGREPEN?

Voorbereidende afstemming op jouw hulpvraag (eventueel met astrologie)

Persoonlijke begeleiding

1 sessie per dag van ca. 1,5 uur

Meditaties, reflectie en integratiewerk

Ontbijt en lunch (vers bereid)

Privékamer met eigen keuken,
eigen badkamer met douche en ligbad

Gebruik van tuin en zwembad

PRIJZEN PER PERSOON

3-daagse retraite: € 1.250 p.p.

- Aankomst op dag 1, vertrek op dag 5
- 3 intensieve dagen begeleiding
- Incl. ontbijt en lunch

5-daagse retraite: € 1.950 p.p.

- Aankomst op dag 1, vertrek op dag 7
- 5 intensieve dagen begeleiding
- Incl. ontbijt en lunch

10-daagse retraite: € 3.600 p.p.

- Aankomst op dag 1, vertrek op dag 12
- 10 intensieve dagen begeleiding
- Incl. ontbijt en lunch

PRIJZEN PER KOPPEL

3-daagse retraite: € 1.995 2.p.

- Aankomst op dag 1, vertrek op dag 5
- 3 intensieve dagen begeleiding afgewisseld individueel en samen
- Incl. ontbijt en lunch

5-daagse retraite: € 3.595 2.p.

- Aankomst op dag 1, vertrek op dag 7
- 5 intensieve dagen begeleiding afgewisseld individueel en samen
- Incl. ontbijt en lunch

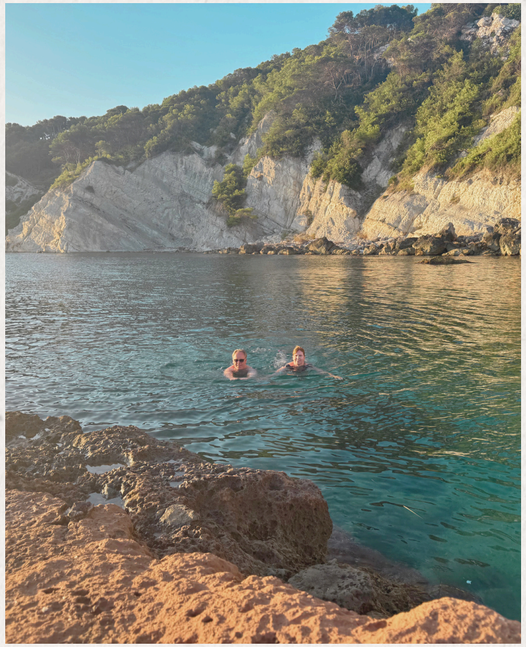
10-daagse retraite: € 5.250 2.p.

- Aankomst op dag 1, vertrek op dag 12
- 10 intensieve dagen begeleiding afgewisseld individueel en samen
- Incl. ontbijt en lunch

Deze tarieven gelden voor het kalenderjaar 2025 en kunnen daarna gewijzigd worden.

Reservering is definitief na een aanbetaling van 25%. De schoonmaakkosten bedragen €50 per week.

EEN PLEK VAN EENVOUD, RUST EN AANWEZIGHEID



EXTRA BIJ TE BOEKEN

Counseling/grensvisualisatie/IEMT	1 à 1,5 uur	€ 150
Astrologie consult	1 à 1,5 uur	€ 150
Reiki of lichaamsbehandeling	1 uur	€ 75
Massage	1 uur	€ 75
Yogasessie/Pilates	45 min	€ 45
Geleide meditatie	45 min	€ 30

STIL VERBLIJF - RUIMTE VOOR JEZELF

Soms heb je niet zoveel nodig – alleen een plek waar je tot rust komt, even uit de drukte stapt en weer contact maakt met jezelf.

Bij Casa Centro Mio kun je ook zonder intensieve begeleiding verblijven. Je verblijft in de villa en hebt alle ruimte voor bezinning, herstel of concentratie.

Of je nu herstelt van een burn-out, aan een boek of project wilt werken, of simpelweg even alleen wilt zijn, je bent welkom. De dagen zijn vrij in te vullen met wandelen, schrijven of naar het strand.

- Verblijf € 95 p.p.p.n.

  Ontbijt en lunch zijn optioneel bij te boeken. En als je behoefte hebt aan een sessie, kan dat altijd in overleg.

- Ontbijt € 10
- Lunch € 15
- Diner € 30

- Schoonmaakkosten € 50 p.w.

OVER BRIGITTA

Mijn naam is Brigitta Derksen en ik werk al ruim twintig jaar met mensen die verlangen naar rust, helderheid en verandering. Niet aan de oppervlakte, maar in de diepte.

Ik geloof dat je alleen werkelijk kunt helen als je je veilig voelt bij jezelf, bij de ander en in de omgeving. Daarom is Casa Centro Mio niet alleen een plek van begeleiding, maar ook van stilte, ruimte en aandacht.

Ik werk met wat zich aandient, afgestemd op jouw ritme en proces. Met mijn ervaring in counseling, opstellingen, IEMT, mindfulness en systeemwerk help ik je thuiskomen bij jezelf of in relatie tot een ander. Dat doe ik met openheid, scherpte en zachtheid.

Je bent welkom, precies zoals je nu bent.

CONTACT

Website

www.centromio.nl

E-mail

info@centromio.nl

Telefoon

+31 6 11 200 295

CENTRO MIO