ROC BLANC

Speakers’corner

NOVEMBRE’26

HOTEL ROC BLANC SPA ANDORRA

ACTINN & TALKS
ANDORRA CLÚSTER DE LA TECNOLOGIA I LA INNOVACIÓ

cea
CONFEDERACIÓEMPRESARIALANDORRANA

CIMA
Coaches i Mentors d’Andorra

Talent Sessions
INGENI & HIVEFIVE
COWORKING

SKÅL ANDORRA

unesco
Comissió nacional andorrana

AHD
ANDORRA HEALTH DESTINATION

SPEAKERS'CORNER

ROC BLANC

NOVEMBRE 2026

DIA I HORA		XERRADA	PREU	ORGANITZA
3 dimarts 19:00h		**PRESENTACIÓ LLIBRE:** **"Memòries d'una existència que batega "**	Gratuït	Salvador Rispal
Dimarts 10:30h o Dimecres 18:30h		**MOVIMENT CONSCIENT.COS CREATIU** Una trobada amb tu a través del moviment. Sessions setmanals	18€ Sessió o 50€ quota	Marta Moran
Tots els Dimecres 19:00h		**TENS ANSIETAT, DOLOR O ALGUN MALESTAR?** Prova l'Estimulació Neuronal i millora el teu benestar. Reserva la teva sessió de 15 min	Gratuït	Daniela, Manos sin fronteras
4 dimarts 19:30h		**PRESENTACIÓ LLIBRE: "EL LADO IZQUIERDO DE MI CAMA"** Un viatge poètic per l'amor, la vulnerabilitat, la passió i l'espiritualitat, des del més profund de l'ànima.	Gratuït	Edwin J.Alvarez
5 dijous 19:00h a 20:30h		**CERCLE DE COACHES D'ANDORRA: CRÉIXER JUNTS** Un espai per connectar, compartir experiències i impulsar el coaching a Andorra.	Gratuït	Nina Teucilide i Madhu Bahirwani
Tots els divendres 17h a 19h		**EL REFUGI: MATERNAR DES DE 0** Un espai per compartir i viure el postpart sense culpa ni judicis.	Gratuït	Grup de mares
7 dissabte 19:30h a 22:00h		**TALLER DE KIZOMBA** Deixa't portar pel ritme, connecta i sent la màgia del ball en parella	Gratuït	Friday i Ana
7 dissabte 16:00h a 17:00h		**MAMA IOGUI** Una experiència pensada per a mares que volen gaudir d'una sessió de ioga restauratiu mentre els seus fills participen en activitats adaptades a **nadons fins a 12 mesos.**	30€	Meritxell Pagès i Mon Cangur

SPEAKERS'CORNER

ROC BLANC

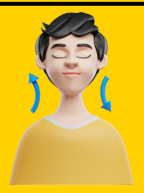
NOVEMBRE 2026

DIA I HORA		XERRADA	PREU	ORGANITZA
7 dissabte 17:15h a 18:15h		**MAMA IOGUI** Una experiència pensada per a mares que volen gaudir d'una sessió de ioga restauratiu mentre els seus fills participen en activitats adaptades a **infants d'1 a 8 anys**	30€	Meritxell Pagès i Mon Cangur
7 dissabte 11:00h a 13:00h		**PRESENTACIÓ DEL LLIBRE I TALLER: META INFÀNCIA** Una nova mirada sobre els infants, per comprendre les emocions i els comportaments, a través d'eiens per acompanyar-los.	Gratuït	Estefania skoufalos i @acunandosoles
14 dissabte 11:00h a 13:00h		**MENTRE ELS PETITS CREEN, TU DESCONNECTES** Ells pinten, experimenten i s'ho passen bé. Tu aprofites dues hores per relaxar-te, conversar o gaudir tranquil·lament. Per nens de 3 a 7 anys.	25€	Núria Novell @curisoament
14 dissabte 11:00h a 18:00h		**I SI LA VIDA QUE ESTÀS VIVINT NO L'HAGUESSIS TRIAT TU?** Una jornada per qüestionar creences, descobrir què ens condiciona i reconnectar amb qui som realment.	25€	Enric Miranda, Marta Brucart i José Luis Ruiz
18 dimecres 19:00h		**EL TELER DAURAT. EL TEU ESPAI, LA TEVA VEU.** Entrevistarem a **Àlfred Llahí,** periodista, investigador històric, gestor cultural i professor. Moltes vocacions, un mateix fil: una vida entre paraules, art i memòria.	Gratuït	@aumentium_oficial
19 dijous 16:00h a 16:45h		**BABY SPORT** el primer moviment cap al seu desenvolupament. Nadons de 2 a 12 mesos. Lloc: Centre Mosaic	20€	Mètode Lenoarmi i Centre Mosaic
19 dijous 20:15h		**INTROSPECCIÓ: UN VIATGE INTERN DE CONNEXIÓ AMB LA TEVA ÀNIMA.** Una experiència de respiració, vibració i so per alliberar tensions i reconnectar amb l'origen.	20€	Salvador Vaamonde
20 divendres 19:30h		**PRESENTACIÓ DEL LLIBRE "CÓMO SANAR UN CORAZÓN ROTO EN FORMENTERA"** Un viatge de sanació emocional, amor propi i reconnexió amb un mateix.	Gratuït	Cristina López

SPEAKERS'CORNER

ROC BLANC

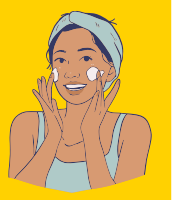
NOVEMBRE 2026

DIA I HORA		XERRADA	PREU	ORGANITZA
20 divendres 19:30h		**VENDRE SENSE VENDRE'T** Connecta, genera confiança i aconsegueix resultats sense deixar de ser tu mateix.	Gratuït	Toni Viz
21 dissabte 11:00h a 13:00h		**TALLER: RESPIRACIÓ CONSCIENT.** Un espai per tornar al cos, baixar el ritme i escoltar-te des d'un lloc més profund	30€	Jess de @siqa_andorra
21 dissabte 18:00h a 19:30h		**MINDFULNESS I SEXUALITAT CONSCIENT** Desperta els teus sentits i combina - ho amb una degustació d' aliments sensorials	15€	Diana Salas
21 dissabte 20:30h		**CONCERT DE BOLS TIBETANS I SANACIÓ ENERGÈTICA** Una experiència de relaxació i connexió interior a través del so dels bols tibetans, les vibracions i l'energia dels quarsos.	15€	Marcos Corredera i Enric Miranda
21 dissabte 15:30h a 20:30h		**VIBRA ALMA.** Una experiència on la salut, la consciència, la longevitat i el benestar s'uneixen per promoure un benestar integral -físic, mental, emocional i espiritual— i transformar la nostra manera de sentir, connectar i VIURE.	A partir de 35€	Cristina Lopez, Maravillas de Magdala, Vikrampla, Albert Conde, Cristodora i Jordi, Srgio Gómez, Sonia Márquez, José Val i Fanny y Ravi ram.
21 dissabte 11:00h a 13:00h		**MENTRE ELS PETITS CREEN, TU DESCONNECTES** Ells pinten, experimenten i s'ho passen bé. Tu aprofites dues hores per relaxar-te, conversar o gaudir tranquil·lament. Per nens de 3 a 7 anys.	25€	Núria Novell @curisoament
26 dijous 19:30h		**Quan estimes, on quedes tu?** Una invitació a reflexionar sobre l'amor, els límits personals i la importància de no perdre't a tu mateix en una relació.	Gratuït	Maria Servetó, coach

SPEAKERS'CORNER

ROC BLANC

NOVEMBRE 2026

DIA I HORA		XERRADA	PREU	ORGANITZA
28 dissabte 11:00h a 13:0hh		**SESSIÓ KAS GRUPAL. ACTIVACIÓ ENERGIA VITAL.** Activació de l'energia vital, ajuda a gestionar els estats depressius i d'ansietat, expansió de la consciència i regulació del sistema nerviós. **Cal dur:** Antifaç i estoreta ioga.	77€	Nani Redondo
28 dissabte 11:00h a 13:00h		**MENTRE ELS PETITS CREEN, TU DESCONNECTES** Ells pinten, experimenten i s'ho passen bé. Tu aprofites dues hores per relaxar-te, conversar o gaudir tranquil·lament. Per nens de 3 a 7 anys.	25€	Núria Novell @curisoament
28 dissabte 11:00h		**NCG SKIN LAB: EL QUE EL MIRALL NO MOSTRA** Descobreix els secrets de la teva pell i aprèn a cuidar-la amb criteri científic en un taller pràctic i interactiu.	Gratuït	Natalia NCG
30 Dilluns 19:30h		**LA TROBADA MENSUAL PER ENTENDRE QUÈ ÉS REAL EN IA.** **#003** Vine a descobrir les novetats d'aquest mes en el món de la IA, sense fum	Gratuït	Pol Guasch by Minerva data solutions
Dimarts i dijous 19:30h a 20:30h		**CLASSES SETMANALS D'AIKIDO PER ADULTS** Defensa personal sense agressivitat, cos, ment i presència.	Demanar info	Kokoro Dojo Internacional
De dilluns a divendres 10h/18:30h		**Allibera la teva millor versió amb Pilates!** Un espai únic, un ambient acollidor i una experiència que et farà reconnectar amb tu mateix.	73€/mes	Jess de @siqa_andorra
Tots els Dimecres 19:00h		**TENS ANSIETAT, DOLOR O ALGUN MALESTAR?** Prova l'Estimulació Neuronal i millora el teu benestar. Reserva la teva sessió de 15 min	Gratuït	Daniela, Manos sin fronteras
Dimecres 17:30h a 18:30h		**CLASSE SETMANAL D'AIKIDO PER A NENS** Defensa personal sense agressivitat, cos, ment i presència.	Demanar info	Kokoro Dojo Internacional