

# EL MEETING DE LA TRANSFORMACIÓ PERSONAL



*"El canvi és una porta que només pot obrir-se desde dins".*  
Terry Neill

**EL MEETING DE LA TRANSFORMACIÓ PERSONAL** vol oferir un tast de diferents eines i propostes de Creixement Personal de la mà d'experts professionals de l'Institut de Recerca en Ecologia Emocional i Creixement Personal.

*Inverteix en tu mateix perquè seràs amb qui viuràs la resta de la teva vida.*

**Dinàmica de grup inicial i quatre propostes de tallers dels quals en podràs triar dos:**

AULA 1: 10,00-11,30h.

Responsable:

**EL DESIG QUE M'HABITA**

Laura Esquinas. Psicòloga i terapeuta

*Identifico i reconec els meus desitjos? Com són? Neixen d'una pulsíó? Estan connectats amb les meves motivacions? A través d'una dinàmica vivencial prendrem consciència de quin significat tenen a la nostra vida i com els gestionem.*

AULA 2: 10,00-11,30h.

Responsable:

**PROJECCIONS RELACIONALS**

Núria Calàvia. Mestre d'infantil i primària i psicòloga

*Us convidem a prendre consciència de manera senzilla d'allò que projectem a l'hora de relacionar-nos com a emissors i com a receptors durant la interacció amb una altra persona. Si aprofundim, podem recuperar la responsabilitat de com ens relacionem.*



AULA 1: 12,00-13,30h.  
Responsable:

**COLLAGE & VISUALITZACIÓ CREATIVA**  
Bet Masallera. Pedagoga i personal Coach

*Us convidem a viure un taller on la creativitat, la visualització i tu, en sereu els protagonistes. La visualització creativa ens aproxima a les nostres metes i reptes personals i a la motivació, connectant-nos amb la nostra ment inconscient.*

AULA 2: 12,00-13,30h.  
Responsable:

**MÚSICA I EMOCIONS**  
Cris Ruiz. Biopolis Trainer i Experta en Lideratge i Comunicació

*Us convidem a viure un taller de descobriment i aprenentatge de les nostres emocions a través de la música. Aquesta experiència fomenta l'escolta i aposta pels múltiples beneficis de la música com a eina d'autoconeixement.*

---

**DATA:** Dissabte, 26 de Gener del 2019  
**HORARI:** De 9.30 a 13.30h  
**LLOC:** ÀMBIT – Sant Andreu  
Cr Sant Adrià, 20 (Recinte Fabra i Coats)  
08030 - Barcelona

**APORTACIÓ:** Activitat GRATUÏTA amics i amigues de la Fundació Àmbit EE.  
20 euros/altres cada taller.

**CAL FER INSCRIPCIÓ PRÈVIA per telèfon o en aquest link:**  
[www.bit.ly/meeting-transformacio](http://www.bit.ly/meeting-transformacio)

**Fundació ÀMBIT ECOLOGIA EMOCIONAL**

C/ Rocafort 242 bis, 3r pis  
08029 Barcelona

Tel. inscripcions: **647742140**

Horari secretaria: d'10.00-14.00h i de 16.00-20.00h de dilluns a divendres.

fundacio@fundacioambit.org  
www.fundacioambit.org  
[www.ecologiaemocional.org](http://www.ecologiaemocional.org)  
@Eco\_Emocional @Ecoemocional