

TALLER DE TARDA PER A ADOLESCENTS I JOVES

JO I EL MÓN



*"Tot el món que hi ha fora de mi no només em
concerneix sinó que em constitueix."*

Jordi Llimona

El quart taller del Training d'Ecologia Emocional per adolescents i joves s'inicia amb el desig d'acompanyar-te a connectar amb el món que t'envolta. Un món ple d'oportunitats i reptes per aconseguir. Només depèn de tu construir avui el món que desitges per demà.

El món en el que vivim és igual per a tothom? El món el vivim diferent i l'interpretem en cada instant en base a les nostres experiències, creences, valors ... vivim en el mateix món però no el vivim de la mateixa manera.

Vols compartir amb nosaltres com és el món que vols?

El taller "Jo i el món" és una proposta creativa i pràctica on et convidem a reflexionar, compartir i identificar algunes de les barreres que ens limiten avui a crear el món que volem demà. Ens iniciarem a la pràctica de la visualització creativa per promoure el futur que volem en el món.

*"Costums diferents, hàbits diferents, temes de conversa diferents, sentit de l'humor diferents.
Planetes diferents, què dic planetes, altres estrelles, altres galàxies."
Imma Monsó*

OBJECTIUS:

- Aprendre a qüestionar i observar el món exterior.
- Prendre consciència sobre l'impacte de l'ecosistema virtual en les relacions humanes.
- Dibuixar l'empremta que vull deixar al món.

CONTINGUTS:

- El món en el que jo visc avui
- El món on vull viure.
 - Tècnica de visualització creativa
- L'empremta que volem deixar al món.

METODOLOGIA:

La metodologia dels 4 tallers que formen el "Training d'Ecologia Emocional per Adolescents i joves" és pràctica, vivencial, creativa i dinàmica, per tal d'acompanyar als adolescents i joves a prendre consciència i adquirir algunes eines per gestionar d'una manera ecològica les seves emocions, a desenvolupar un criteri propi i reflexiu que li permeti el diàleg amb els altres i la recerca d'alternatives davant dels reptes del present i d'un futur incert.

EDAT: A partir de 12 anys aproximadament. Prego contacteu amb nosaltres en cas de dubte.

RESPONSABLE: Bet Masallera i Laura Esquinas

DATA: Divendres, 10 de maig de 2019
HORARI: De 18.00 a 19.30h
LLOC: **Fundació Àmbit – Sant Andreu**
Cr Sant Adrià, 20 (Recinte Fabra i Coats)
08030 - Barcelona

APORTACIÓ: Activitat GRATUÏTA

CAL FER INSCRIPCIÓ PRÈVIA per telèfon o en aquest link: bit.ly/EE-adolescents

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
@Eco_Emocional @Ecoemocional