

## TALLER MATINAL 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: Grup de 12 a 15 anys i grup a partir de 15 anys.**

---

<b>RESPONSABLE:</b>	Bet Masallera i Laura Esquinas
<b>DATA:</b>	<b>Dissabte</b> , 11 de maig de 2019
<b>HORARI:</b>	De 10.00 a 11.30 h (grup de 12 a 15 anys) De 12.00 a 13.30 h (grup a partir de 15 anys)
<b>LLOC:</b>	<b>Fundació Àmbit – Sant Andreu</b> Cr Sant Adrià, 20 (Recinte Fabra i Coats) 08030 - Barcelona
<b>APORTACIÓ:</b>	Activitat GRATUÏTA

**CAL FER INSCRIPCIÓ PRÈVIA per telèfon o en aquest link:** [bit.ly/EE-adolescents](http://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](mailto:fundacio@fundacioambit.org)

[www.fundacioambit.org](http://www.fundacioambit.org)

[www.ecologiaemocional.org](http://www.ecologiaemocional.org)

@Eco\_Emocional @Ecoemocional