



PESSIGOLLES

PER AL COR



Ecologia Emocional per a infants de 4 a 10 anys

Pessigolles pel al Cor neix amb la voluntat d'oferir als infants un ventall de recursos que contribueixin a la seva educació emocional.

Durant aquest programa, acompanyarem als petits exploradors al llarg d'un emocionant viatge, en un entorn protegit, amorós i estimulant on podran descobrir el seu món emocional, perquè s'obrin a la vida amb alegria, amb els ulls ben oberts i curiosos, per a que siguin nens i nenes sensibles al seu jo i al territori que comparteixen, amb una base de confiança per créixer.

Metodologia Form-acció: Utilitzem el joc, els contes d'Ecologia Emocional, les il·lustracions, les metàfores, idees força, preguntes despertador, les projeccions audiovisuals, la creativitat, el ball, la música, el teatre, la respiració conscient i el treball corporal.

Programació pessigolles 2017-2018

06.10	Un equipatge per a tots els climes	23.02	El sac del fatal
20.10	El "Primitiu" que hi ha en mi	09.03	Brigada anticontaminació
03.11	Qui decideix qui haig de ser jo?	23.03	Excursió al desert
24.11	Pluja al cor	06.04	Un berenar solidari
15.12	Quina dutxa!	20.04	Poetes per un dia
29.12	Brossa creativa	11.05	La casa de la paraula
12.01	Cançons per capejar el temporal	25.05	Quan l'enveja mana
26.01	Les cicatrius de la ira	08.06	I si ho filtrem?
09.02	Síndria o drac?	22.06	Còctel de felicitat

Objectius del programa:

Conèixer i potenciar les seves habilitats emocionals ajudarà als infants a afrontar i superar obstacles naturals propis del creixement, a posar en marxa estratègies per afrontar el dia a dia de forma eficient i aconseguir l'equilibri amb ells mateixos i amb les seves relacions, la qual cosa els aportarà felicitat i benestar. En concret:

- Crear un espai protegit perquè els nens i nenes puguin créixer connectats a la curiositat i al despertar a la vida amb alegria.
- Potenciar i acompanyar-los perquè puguin reconèixer en ells mateixos i en els altres com se senten i ho puguin expressar.
- Potenciar la creativitat i la imaginació.
- Estimular la curiositat activant l'impuls de resoldre enigmes, de fer preguntes i explorar.
- Apreciar l'amistat i el companyerisme com a font de felicitat.
- Educar per a una bona alineació de l'eix Pensament-Emoció - Acció (PEA), la qual cosa els permetrà adquirir una major confiança en les seves capacitats.
- Incrementar els recursos de gestió, reconducció i estabilització emocional.
- Fomentar el criteri i l'esperit crític promovent la capacitat de buscar les pròpies respostes i formant ments més flexibles i plàstiques capaces d'adaptar-se a diferents entorns i de comprendre la diversitat.
- Promoure l'autonomia personal perquè les noves generacions siguin més assertives i més valentes per defensar els seus valors i lluitar per fer realitat els seus somnis.

A tots ens agraden les pessigolles. Pessigolles als braços, als peus, a la panxa... Però sabeu que el cor també té pessigolles i li agraden amb delit? Les pessigolles aconseguixen encendre els cors més apagats.

Regalar pessigolles al nostre cor i al dels altres és el millor regal. El que es dóna és el que es rep!
(Soler&Conangla)



(Il·lustració del Llibre "Pessigolles per al Cor"
Autors: Soler & Conangla - Editorial Parramón
Il·lustracions: Ester Ilorens)

Info detallada de les sessions:

<http://www.ecologiaemocional.org/ca/form-accio/programa-capa-cat/families-capa/pessigolles-cor>

Lloc i horari:

Divendres de 17.45h a 19h
Recinte Fabra i Coats, c/Sant
Adrià 20 (Sant Andreu)

Preus:

16€/taller individual
28€ mes (2 tallers)
72€/trimestre (6 tallers)

Més informació i inscripcions:

Fundació Àmbit Ecologia Emocional
c/Rocafort 242 bis, 3r
08029 Barcelona
info@ecologiaemocional.org
Tel. 647 742 140