

Curso MEE, Mindfulness en la Educación

Creado por Eline Snel para padres y profesionales de la educación

Barcelona, 8 martes de 18:30-21:00h, 2 oct-27 nov 2018

¿Cómo es el programa Mindfulness en la Educación?

Es un entrenamiento de 8 semanas, basado en MBSR, para padres y/o educadores de niños de 4 a 16 años. Trabajaremos entre otras cosas con ejercicios de los libros “Tranquilos y atentos como una rana” y “Respirad, mindfulness para padres con hijos adolescentes” de Eline Snel.

Los participantes podrán conocer ejercicios prácticos para padres y niños del Mindfulness y experimentar sus efectos y beneficios en su vida diaria incorporando herramientas y técnicas útiles en su trabajo como educador, su vida privada y en las relaciones con los hijos.

Es un programa altamente experiencial en el que se aprenden prácticas formales y informales de Mindfulness. Se realizan ejercicios prácticos de atención y relajación, meditación, ejercicios de movimiento consciente tipo yoga y dinámicas en grupo.

¿Para quién?

Este curso se dirige a las madres, padres y cuidadores, pero también a profesionales de la educación como por ejemplo profesores, terapeutas, profesionales de la salud infantil, especialistas en educación especial, psicólogos y psiquiatras. No se requiere experiencia previa

¿Qué puedo aprender en este entrenamiento?

Aprender a reconocer, aceptar y regular las emociones
Conectar con tus necesidades y las de tus hijos/alumnos
Ser consciente como quieres educar a tus hijos/alumnos
Crear una relación sana con tus hijos/alumnos

Sobre los instructores

Sloyu cuenta con dos profesores formados y certificados en MEE del método Eline Snel: Elisenda Pallàs y Joost Scharrenberg. Ambos son además formadores de instructores del método Eline Snel en España.

FECHAS Y HORARIO

Martes 18:30-21:00h
2, 9, 16, 23 y 30 de oct
13, 20 y 27 de nov
Dom 18 nov 10:00-18:00h

LUGAR

Aula Gestalt Psicorporal
C/Porteferrissa 18, bajos
interior en Barcelona

COSTES

410€
369€, pago antes 20 julio

INCLUYE

8 sesiones de 2,5 horas
entrevista personal
libro de trabajo
libro de Eline Snel
meditaciones guiadas
día de silencio (18 nov)

¿PARA QUÉ VENIR?

Regular emociones
Conocerse mejor
Ser amable contigo mismo
Relación hijos/alumnos
Como ser el ejemplo

CONTACTO SLOYU

Elisenda Pallàs y
Joost Scharrenberg
Email: info@sloyu.com



INSCRIPCIONES ONLINE

<http://sloyu.com/mee>