



Taller: “La aventura de las emociones”

Las emociones son parte de nuestra vida diaria, sin embargo sucede que muchas veces a los niños les cuesta identificar algunas de esas emociones que viven. Otras veces les pasa que los visitan frecuentemente sin saber muy bien qué hacer con ellas o cómo expresarlas.

Para esto preparamos un espacio en donde, mediante actividades lúdicas, los invitaremos a sumergirse en esta aventura de las emociones. Una aventura que para muchos es desconocida, para otros reprimida y otros sienten que los tiene completamente “revueltos”. Esta aventura es para que cuenten con más herramientas que les permitan “navegar” de mejor forma por ese océano emocional.

Objetivos:

Que los niñ@s logren identificar, transformar y expresar emociones básicas.

Contenidos:

- Emociones básicas.
- Recogiendo experiencias.
- Cómo se expresan y viven corporalmente.
- Transformando emociones a través de diferentes técnicas manuales.

Estos contenidos se llevarán a cabo con actividades plásticas, por medio del modelado con arcilla y dibujo. Se realizarán actividades corporales, ejercicios de respiración y experimentación, que permita a cada niño y niña descubrir cuál es la mejor forma para sí mism@.

Para niñ@s entre 5 y 12 años. Sólo 10 cupos.

¿Valor del taller?

\$30.000



¿Cuándo y en qué horario?

¿Dónde?

Centro Pránica, Av. Padre Hurtado Central #1435, Las Condes.

Facilitadores certificados en metodología internacional EduArhat

Alexandra Vrsalović: Fonoaudióloga, Trainer y coach en PNL, Terapeuta Floral y Sanadora Pránica.

Natalia Ceballos: Educadora de Párvulos, Montessori, Diplomada en PNL y Sanadora Pránica.

Ambas certificadas en metodología Edu-Arhat nivel profesional (Programa internacional de educación para las nuevas generaciones), encargadas del diseño, programa y ejecución.

Actividades:

	Descripción
10:30	Bienvenida.
10:45	Presentación del Taller, de participantes y facilitadoras.
11:00	Emociones: cuáles conocen, han vivido, les gustan o no. Evocar emociones y salir de ellas a través de la caminata y la respiración. Identificar la emoción que más les incomoda o que está guardada. Traspasarla a la arcilla.
12:00	Pausa saludable preparada en conjunto.
12:30	Conectar con recursos para transformar la emoción que incomoda.
13:00	Respiración Consciente como herramienta de centramiento.
13:20	Aprendizajes y despedida.

* los tiempos son estimados y varían de acuerdo al ritmo del grupo.

Inscripciones e información
contacto@prananinos.cl

www.prananinos.cl