

Atencion y Resiliencia



Ayudando a los adolescentes a estar en el camino de la Comprensión

Que hacemos

Reconocemos que el camino competitivo de nuestra sociedad ejerce una gran presión en los jóvenes, consideramos que conectar con la fuerza y la resistencia interna es una forma de vivir positivamente

Presentamos este programa con metodología basada en el aprendizajes de la comprensión de la universidad de Harvard

Programa de 8 sesiones

- Neurociencia: Conocer como funciona el cerebro su relación con la emociones difíciles y la mente
- Sistema de autodefensa/ protección y cuidado
- Técnicas de reseteo atención y resiliencia
- La fuerza creativa de la adolescencia.

Este programa es ideal para jóvenes de 9 a 11 años y de 12 a 16 años

Inicio el 12 de febrero 2016 finaliza el 15 de abril

Viernes de 19 a 19.45hora

Precio 108 euros