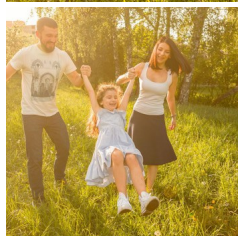


Programa BeMindful - Formación integral en Mindfulness para familias y profesores



El programa BeMindful, es una formación integral en mindfulness para padres, educadores y niños. Los padres y profesores aprenden mindfulness, lo integran en sus vidas y lo pueden practicar con los niños desde la experiencia, no desde la teoría.



Calificación: Sin calificación

Precio

\$948.97

\$571.82

[Haga una pregunta sobre este producto](#)

Descripción

Mindfulness familias y educadores en Madrid

Fechas programa BE MINDFUL padres y educadores OTOÑO 2019: 7, 14, 21 y 28 DE OCTUBRE y 4, 11, 18 y 25 de noviembre. (Retiro de 1 día: 23 noviembre).

Precio incluye programa BE MINDFUL padres y educadores. Si matriculan al niño, se paga el curso del niño a parte (PROGRAMA NIÑOS ATENTOS Y FELICES CON MINDFULNESS)

Programa BE MINDFUL para Padres, Educadores y Niños: (Emisión de CERTIFICADO por realización de curso presencial +prácticas)
Este programa está distribuido en **2 bloques**, que se pueden realizar independientes. Uno está dirigido a padres y/o educadores, docentes, psicólogos, psiquiatras, trabajadores sociales, pedagogos, que trabajen con niños y adolescentes y quieran incorporar en sus

intervenciones las herramientas de Mindfulness y el otro bloque está dirigido a **niños o adolescentes**. (*si te interesa puedes visitar los apartados anexos a éste*)

Son módulos independientes, lo ideal en el caso de los padres es que los hijos realicen a su vez, el módulo para niños: Niños Atentos, Serenos y Felices.

- Módulo para padres y educadores: **Programa “BeMindful padres y educadores”**
- Módulo para niños: **Programa “Niños atentos y felices”** (grupos de niños de 5 a 8 años ó niños de 9 a 14 años)

Los adultos **somos responsables de la felicidad de nuestros hijos, y tenemos que enseñarles a estar bien**, la felicidad, la tranquilidad y la paz se encuentran dentro de nosotros, ésto es lo que nos enseña mindfulness: a saber llegar a nuestro interior!. Los niños por nuestra cultura y educación entienden que la felicidad se haya en las compras, consolas, redes sociales o en el exceso de actividad.

Es simple: hay que enseñarles que aprendiendo a **mirar hacia dentro**, encuentran su **verdadero SER**, y su **felicidad**.

Aprendemos a mirar hacia dentro, gracias a **aprender a meditar...** y ésto es lo primero que se aprende en MINDFULNESS.

El Programa BeMindful, es una formación integral para padres, educadores y niños. Los padres y profesores aprenden mindfulness, lo integran en sus vidas y lo pueden practicar con los niños, no desde la teoría, sino desde la experiencia.

Nuestra sociedad nos hace vivir en lo que se denomina **piloto automático**, que no es más que ir corriendo de acá para allá con miles de tareas, y con la sensación de no llegar a todo. Nuestra cabeza se llena de pensamientos, no nos damos cuenta de nada y así pasan nuestros días. Esto nos genera la **pérdida de la capacidad de atención, de concentración y mucho estrés**.

Gracias a cambiar el chip y comenzar a **vivir en modo mindfulness, es decir con atención plena**, aprendemos a **saborear el presente**, nuestro día a día, nuestro momento. Y poco a poco comenzamos a vivir y experimentar un estado de Paz y Felicidad.

Aprendemos a vivir nuestro presente, en lugar de perdernos en los problemas del pasado, o proyectos y preocupaciones del futuro.

Cuando los padres y educadores están más presentes, también están mucho más atentos a las necesidades de los niños.

Los niños así se sienten más seguros y felices: **Padres Atentos- Niños Atentos**.

Los profesores y educadores cada vez están más orientados a proporcionar en la medida de sus posibilidades, herramientas que proporcionen valores y habilidades socioemocionales resiliencia y bienestar a los alumnos y cada vez son más los programas e intervenciones de mindfulness que se implantan en las aulas, buscando el desarrollo de los niños y adolescentes de forma integral.

Hay un gran número de evidencias entre la práctica de mindfulness y el bienestar de los alumnos, su rendimiento académico, habilidades sociales y salud física de niños y adolescentes.

-

Comentarios. Debes estar registrado en “Mi cuenta” (abajo) para poder comentar.

Aún no hay comentarios para este producto.