



Salud y Bienestar

www.noraxsaludybienestar.com



www.toleranciacer.org.es



TALLER

Mindfulness para niños

(Programa PMIA para la infancia y la adolescencia ©)

La asociación Tolerancia Cero y Norax Salud y Bienestar ofrece este taller de Mindfulness para niños adoptados.

A través de las practicas de Mindfulness enseñamos a los niños/as a “parar” ante sus impulsos, a prestar más atención. Desarrollamos, también, la gestión de emociones que les perturban, como son la ira, la rabia, el miedo, etc.

Fecha:

Viernes: 25 mayo, 1, 8, 15 y 29 junio (5 sesiones), con los niños.

Viernes: 4 de mayo y 6 julio (2 sesiones) sólo con los padres.

Horario: de 19:00 a 19:45 h.

Impartido por **Mariló Gascón Aguilar**

Psicóloga, especialista en Mindfulness. Autora del libro:

“Creciendo con Mindfulness, en casa y en la escuela”

Información:

669 642 832

info@toleranciacer.org.es

Solicitar información e inscripción:

635 148 333

norax.saludybienestar@gmail.com

Lugar:

CENTRO BETA

c/ Cerro de la Campana, 71

MAIRENA DEL ALJARAFE (Sevilla)