



“Izan” Proyecto. “Sé tú mismo”

PROYECTO: Talleres de interioridad para padres.

CARTA PARA LOS PADRES/MADRES

Talleres de interioridad para padres.

Estimados madres /padres:

Por medio de esta carta queremos haceros una invitación especial: participar en uno de nuestros proyectos más importantes, el PROYECTO “IZAN”- “SÉ TÚ MISMO”

“Izan” Una palabra para decir: sé tú mismo basada en la frase de Santa María Eugenia de Jesús: *“Es una locura no ser lo que se es, con la mayor plenitud posible”*. La plenitud en una persona se da a través del equilibrio físico, psíquico y espiritual.

La meta de nuestro proyecto es trabajar la interioridad y para ello hemos tomado tres caminos: el trabajo corporal, la integración emocional y la apertura a la transcendencia.

La educación a la interioridad supone una metodología activa en la que tú serás el protagonista, tuya será la experiencia y sentirás que emerge tu interior.

Para ello utilizaremos las técnicas que nos puedan ayudar en ese proceso: la relajación, la respiración, visualizaciones, juegos dinámicos y cooperativos, música y música constructivista, bailes, danza contemplativa...

Viendo que este Taller de interioridad fue muy positivo el curso anterior, este año escolar volvemos a ofrecerlo de nuevo. Este año daremos dos posibilidades para escoger el día. Los talleres serán **MENSUALMENTE. LOS 3º LUNES DE 5:10- 7:00 Y LOS 3º VIERNES DE 3:00 A 4: 50**. Por las tardes. Cada sesión durará alrededor de dos horas. **Si te parece interesante, ven. Daremos comienzo el 15 de octubre con el grupo del lunes y 19 de octubre con el grupo del viernes.**

Lugar de encuentro: Sala de Música. Clase nº 40

Los talleres serán gratuitos.

Es conveniente **que traigáis ropa cómoda y unos calcetines gruesos**, ya que andaremos descalzos, y un cojín. Las esterillas las tenemos a vuestra disposición.

ZUZENDARITZA/LA DIRECCIÓN.

Cortar -----

“IZAN” PROIEKTUA Los interesados entregar en portería, **antes del día 11 de octubre**, para organizar los grupos. Redondear, por favor, el día escogido. LUNES o VIERNES

IZENA/ NOMBRE:

NÚMERO DEL MÓVIL:

PADRES: MADRE / PADRE, TUTOR de (nombre del niño/a)



La Asunción

“Izan” Proiektua “Sé tú mismo”

Gurasoentzat barne-tailerrak.

Guraso agurgarriok:

Gutun honen bidez gonbidapen berezi bat egin nahi dizuegu: Ikasturte honetan proiektu berri bat jaio da zuek guztiontzat. **“Izan” Proiektua. “Sé tú mismo”**

Proiektu honen helmuga barnekotasuna lantzea da, eta horretarako hiru bide hartu ditugu: gorputz lanketa, integrazio emozionala eta transzendentziara irekitzea.

Barnetasun hezkuntzak nagusiki metodologia aktiboa erabiltzea dakar eta zu izango zara protagonista, zeurea izango da esperientzia eta eta zure barrena irteten sentituko duzu.

Prozesu honetan lagungarri izan daitezkeen teknika hauek erabiliko ditugu: Erlaxazioak, arnasketak, bistaratzeak, jolas dinamikoak eta kooperatiboak, musika eta barne dantza, eskulanak buztinez.....

Interesgarria eta lagungarria iruditzen bazaizu, zatoz.

Aurten ere antolatu ditugu barne taller hauek **hilero izango dira. Norberak aukeratzen du ondo datorkion eguna.**

3. ASTELEHENETAN 5.10- 7:00 eta 3. OSTIRALETAN 3:15- 4:55 bati arratsaldez.

Ordua: Iraupena, **bi ordu.**

Urriak 15-ean asteleheneko taldea eta 19 -an ostiraleko taldeari. emango diegu hasiera Barne Tailer honi.

Tokia: Musika gelan. 40 zenbakia.

Barne taillerrak **dohainik izango dira.**

Komenigarria da **arropa eroso eta galtzerdi lodi batzuk** ekartzea,oinutsik ibiliko gara eta. **Baita kojín bat ere.** Esterilak hemen ditugu. ZUZENDARITZA/LA DIRECCIÓN.

Moztu -----

“IZAN” PROIEKTUA. Parte hartu nahi duzuenok utzi **porterian urriak 11 baño lehenago.**

Borobildu, mesedez, aukeratutako eguna. ASTELEHANA edo OSTIRALA

IZENA/ NOMBRE:

MUGIKORRAREN ZENBAKIA:

GURASOAK. AMA/AITA EDO TUTOREA (haurren izenak)

.....