



CONSTRUÏM BENESTAR EMOCIONAL

Sessions per a Famílies

Educant Emocions!

EL MÈTODE LA GRANJA®

Amb més de 20 anys d'experiència i més de 520.000 participants, el nostre mètode entrena les competències emocionals a través d'experiències Indoor d'alt impacte, amb resultats avalats científicament per la Universitat de Barcelona.

QUÈ FAREM?

Dues sessions vivencials dissenyades per oferir-vos una experiència pràctica i transformadora. A través d'activitats dinàmiques i exercicis interactius, tindreu l'oportunitat de descobrir i experimentar eines concretes per millorar la regulació emocional, enfortir la comunicació familiar i fomentar el benestar de tots els membres de la família. Aquestes sessions us permetran reflexionar sobre les vostres pròpies emocions i les de les persones properes, promovent un ambient més saludable i harmoniós a casa.

PER QUÈ ÉS IMPORTANT?

El benestar emocional es construeix en comunitat: quan famílies i alumnat compartiu el mateix llenguatge emocional, l'impacte és molt més gran.

No perdeu aquesta oportunitat per créixer junts! Gràcies a la Diputació de Barcelona