



En las escuelas actuales alimentamos
sólo una parte de nuestro cerebro.

¿Y nuestro lado creativo?

¿Y nuestra fantasía?

¿Y nuestra inteligencia emocional?

TALLERES DE RELAJACIÓN Y YOGA

Los niños, como los adultos,
necesitan encontrar un tiempo para
ellos, su espacio.
Y desconectar de este sistema de
estrés, prisas y competitividad.

Más información:
memega1970@gmail.com y 661234499



Actividad impulsada por el
AMPA del CEIP El Romeral

CONTENIDO DEL TALLER

- Técnicas de respiración
- Técnicas de relajación
- Yoga “asanas”
- **Crecimiento personal:** afirmaciones, trabajar la autoestima, círculo de emociones, abrazoterapia, risoterapia, reflexología, automasajes, cuentos terapéuticos, etc...
- **Meditaciones y visualizaciones guiadas**
- **Mandalas**

Para los niños pertenecientes a los talleres, consulta gratuita de flores de Bach.

HORARIO:	15:00 a 16:00	Infantil 3,4,5 años y 1º
	16:00 a 17:00	2º-3º-4º-5º-6º
	17:00 a 18:00	Adolescentes y jóvenes

PRECIO: **10 euros** , para familias pertenecientes al AMPA del Colegio el Romeral, y **15 euros**, para familias no pertenecientes al AMPA ni al colegio.

EMPEZAMOS: En octubre

LUGAR : COLEGIO EL ROMERAL EN VELEZ-MALAGA