

TALLERS

per a infants de 0-10 anys

"Tracta una persona com sembla que és, i seguirà sempre essent el mateix. Tracta algú com pot arribar a ser i es convertirà en qui realment és." Goethe



M. Helena Tolosa Costa, ha treballat des de l'any 1990 en centres d'Educació Especial, Infantil , Primària i ESO com a docent i logopeda. Des de l'any 2006 treballa com a psicopedagoga en actiu en el camp de les escoles de pares i mares, l'assessorament familiar, personal i d'adolescents, formació per

a docents i tallers als Instituts i escoles en les àrees d'orientació vocacional i personal, resolució de conflictes, comunicació, gestió emocional i autoconeixement. Col·labora amb la Diputació de Girona i diferents col·lectius.

Està formada en Magisteri a la UB, Logopèdia a l'Hospital de Sant Pau, Psicopedagogia per la UOC, Programació Neurolingüística al CTUG i Postgrau en Teràpia familiar sistèmica al centre Kine (Universitat de Jerez).

Postgrau en Pràctiques Restauratives (UDIMA).

Cooperant durant dos anys a Amèrica Llatina en projectes de desenvolupament i educació a Veneçuela i Bolívia.

Mare de tres fills.

Artista i creadora, també dedica part del seu temps al món del teatre, la veu, el cant , la dansa com a actriu i conta contes. El seu primer treball discogràfic és CONFIDÈNCIES.

TALLERS

- CANTA LA SON CANTA LA GANA!
- EMOCIONA'T (taller i conta contes)
- POCA BROMA (assetjament i bullying)
- DIFERENTS PERÒ IGUALS! De 4 a 10 anys.
- ORELLES DE PAPALLONA, POCA BROMA! contes per treballar l'assetjament! De 4 a 10 anys.
- EMOCIONA'T/ QUINA POR Conta contes



CANTA LA SON, CANTA LA GANA!

Per pares, mares, avis i àvies, tiets i tietes amb infants de 0 a 36 mesos

Moixaines i jocs de falda / música popular i tradicional

Espai participatiu on pares, mares i nins parlarem cantant i cantarem parlant! Aquest taller és per pares i mares de llar d'infants (0-36mesets).... i cal venir amb la o les criatures!!!

Escalfarem la veu i comentarem cinc consignes importants sobre l'ús d'aquesta i la importància de l'educació musical i de l'oïda en el treball de les emocions i per construir futurs lectors.

Aprendrem i compartirem cantarelles, jocs de falda i nonons tot fent un recorregut per la poesia musicada catalana del costumari català i altres. Usarem la creativitat per aprendre a educar el ritme i la sonoritat de les paraules, aspectes que facilitaran després la introducció del llenguatge i la lectura a la seva vida i, el més important... crear i enfortir els vincles afectius amb els nostres nadons!

1. LA VEU DE LA MARE I EL PARE

- Qui no pot cantar... no pot parlar!
- La nostra veu, el primer aliment afectius pel nostre fill

2. LA RIMA, EL CANT I ELS JOCS DE FALDA

3. COM ENFORTIR VINCLES

4. PRECURSOR DE LA COMUNICACIÓ, PRECURSOR DEL LLENGUATGE, PRECURSOR DE LA LECTURA

5. PASSEM A LA PRÀCTICA!

Per edats de 0 a 3 anys i pares, mares, àvies, àvies i tiets!

El taller te una durada de 50-75 minuts en funció de la mainada.

Materials necessaris: espai acollidor amb possibilitat d'estirar-nos i jeure al terra si cal.

Es proporciona dossier de cançons, jocs de falda i moixaines.

<http://blogstv.laxarxa.com/familytravel/2011/04/15/nascuts-per-llegir/>



EMOCIONA'T

(3-8 anys) Grups de 10 a 50 nens

Possibilitat de fer taller familiar!

En els darrers temps, cada cop més l'educació emocional ha anat prenent pes i protagonisme en l'educació. I és que hom s'adona que les emocions, el pensament i el cos formen una mateixa entitat indissoluble i que si cadascuna d'aquestes parts va descoordinada de l'altre, el nostre creixement com a persones es veu malmès i la vida se'ns presenta més difícil.

Aquest taller s'adapta a les diferents edats treballant bé des del conte, bé des de la dramateràpia, bé des de diferents vídeos.

Aprendrem a ser conscients de les emocions primàries i algunes de secundàries pròpies de l'edat per veure com ens afecten.

Ens iniciarem en la gestió emocional: consciència, expressió.

Aplicarem algunes estratègies de regulació emocional. Tot plegat des de diferents maneres actives, participatives i reflexives, en funció de les edats .

- 1. EMOCIONS PRIMÀRIES: ALEGRIA, TRISTESA, POR, FÀSTIC, RÀBIA I SORPRESA**
- 2. EMOCIONS SECUNDÀRIES: VERGONYA, GELOSIA, ENVEJA, FRUSTRACIÓ,...**
- 3. GESTIÓ EMOCIONAL**
 - CONSCIÈNCIA
 - EXPRESSIÓ I GESTIÓ
 - AUTOMOTIVACIÓ
 - LES EMOCIONS EN ELS ALTRES
- 4. TÈNIQUES D'AUTOCONTROL: RESPIRACIÓ, MINDFULLNESS, RELAXACIÓ,...**
- 5. COMUNICACIÓ EMOCIONAL**

Per edats de 3 a 100 anys.

Durada de 60-90 minuts en funció de les edats. Pot tenir un format de taller i fer diverses sessions.

És necessari projector i so en algunes sessions.

El material ampliat es facilita als educadors.



L'ASSETJAMENT NO ÉS UNA BROMA! De 3 a 100 anys

VIOLÈNCIA, VANDALISME, DISRUPTIVITAT, CONFLICTES INTERPERSONALS ... de què parlem exactament?. Què faig per prevenir? Això no són les bromes pesades de tota la vida? I les relacions abusives? Són el mateix? La xerrada – taller té una durada de 90 minuts a 120, i s'imparteix amb el suport d'una presentació amb PowerPoint, vídeos i dinàmiques variades en funció de l'edat.

1. QUÈ ÉS I QUÈ NO ÉS EL BULLYING?

- Els conflictes entre iguals dins i fora de l'escola
- Vandalisme, Bromes, violència, l'assetjament

2. QUI SÓN ELS PROTAGONISTES?

- Víctima, assetjador, agressor, o espectador... qui ets tu?

3. FACTORS DE RISC I CONSEQUÈNCIES

4. ABORDAR EL CONFLICTE. QUÈ FEM?

5. I SI PARLEM TAMBÉ DE LES RELACIONS ABUSIVES?

6. LA PREVENCIÓ DINS L'ÀMBIT FAMILIAR

- Un complex d'inferioritat mal superat !
- Autoestima positiva.
- Educar en els drets i els deures

7. CONTES, PEL·LÍCULES I IDEES PER PARLAR-NE OBERTAMENT!

A partir de 3 anys.

Poden realitzar-se vàries sessions de 60, 90 o 120 minuts. És necessari projector i so. Pot tenir un format de vàries sessions.

És necessari projector i so en algunes sessions.

Es facilita un dossier en pdf al centre amb la part teòrica i pràctica extensa.

DIFERENTS PERÒ IGUALS! De 3 a 10 anys

Taller amb contes i dinàmiques per treballar la diversitat, l'acceptació, l'enveja, la mentida ... I dels fills que no estan contents amb els pares que tenen i els pares que no estan contents amb els fills que els hi ha tocat! Contes italians, anglesos, castellans i catalans. Un munt de contes per treballar el Respecte i la Tolerància, però també la Sana Autoestima que ens permet gaudir de ser cadascú Únics i Irrepetibles!

ORELLES DE PAPALLONA, POCA BROMA! contes per treballar l'assetjament De 3 a 10 anys



Taller amb contes com: Orelles de papallona, Juul, Iguals i diferents, Por quatre esquinitas de nada, El pot d'en Llorenç, Els noms robats, Stelalluna, L'ànec amb botes ... Tots aquest contes ens parlen de l'assetjament, del respecte, de la diferència, de la violència encoberta, dels sobrenoms, ... i una mica de l'enveja i la mentida. Un munt de contes i de dinàmiques per treballar que la IGUALTAT passa pel respecte a la diferència!

EMOCIONA'T / QUINA POR (3-8 anys) Grups de 10 a 50 nens

Si el que us interessa més és una sessió contes de les emocions i que us doni peu a treballar-les al vostre ritme, podeu gaudir de:

- ☺ En EMOCIONA'T els contes estan relacionats amb tota mena d'emocions, reptes i pors que ens porta la vida.
- ☺ A "QUINA POR" els contes parlen de la por al desconegut, por a les ombres, por a quedar-se sense amics, por a que no t'estimin, por a la mort, por a créixer!

Metàfores de la vida que ens poden ajudar a créixer i tot integrant el cap, el cos i les emocions! <http://www.youtube.com/watch?v=MoTPBW-4Wi4>

LOGÍSTICA I TARIFES

- Una Sessió 150 €
- Canta la son, canta la gana. Sense música 150€ Amb música 260 €
- **Diferents sessions en el mateix centre i el mateix dia preu a convenir**
En tots els tallers cal sumar el desplaçament (0.19 Km).

CONTACTE

M. HELENA TOLOSA COSTA
Assessorament familiar i orientació adolescents
Mestra. Logopeda. Psicopedagoga. P.N.L. Teràpia familiar sistèmica.

Ctra Anglès 62
17430 Sta. Coloma de Farners
972842294 / 671631415

mhelenatolosa@gmail.com
<http://www.mhelenatolosa.com>

Juliol 2021, Sta. Coloma de Farners