

PROGRAMA PREN-TE TEMPS

"La salut mental és molt important i ens n'hem adonat durant la pandèmia."

"El treball de cures és molt necessari per cuidar l'equip."

I tot això passa, també, per cuidar-nos a nosaltres mateixos. Hem d'aprendre'n i, per això, ens cal tenir espais que ens permetin moments de pausa, de reflexió, d'interioritat... Escoltar-nos, al cap i a la fi, per poder emprendre la nostra tasca d'una manera més rica i humana.

A QUI VA DESTINAT?

Programa per a monitors/es d'entre 18 i 25 anys de Centres d'Esplai del MCECC.

QUÈ PRETÉN EL PROGRAMA?

Al MCECC sempre hem cregut en aquests tipus d'espais i és per això que us proposem un cap de setmana per a vosaltres mateixos, per escoltar-vos i per aprendre. Un espai pausat i sense presses. Un espai on el temps sigui relatiu i ens permeti aprofundir en allò que creguem convenient.

Ens fa molta il·lusió presentar-vos el "Pren-te temps"! Un recés en grup reduït preparat per la Belén García i la Pili Calle, dues dones vinculades a l'educació en el lleure i al treball de la interioritat des de fa anys i amb ganes de compartir-ho amb monitors i monitores d'entre 18 i 25 anys que vulguin fer una pausa del seu dia a dia.

QUINA ÉS L'ESTRUCTURA DEL PROGRAMA?

Divendres 11 de febrer de 2021 - nit

Dinàmica de presentació

Dissabte 12 de febrer de 2021 - matí

Descobrint i aprofundint en el valor de la interioritat

Dissabte 12 de febrer de 2021 - tarda

Jo, els ALTRES, les meves OPCIONS, la meva VIDA - *Mirant cap endins*

Dissabte 12 de febrer de 2021 - nit

Vetllada

Diumenge 13 de febrer de 2021 - matí

I ara què? Per a qui? On? Des d'on?



DETALLS LOGÍSTICS

DIES I DURADA

El programa tindrà lloc des del divendres dia 11 fins el diumenge 13 de febrer.

El divendres dia 11 s'iniciarà amb el sopar a les 20h i el diumenge dia 13 es finalitzarà sobre les 13h.

LLOC

El programa tindrà lloc a la **La Conreria**.

És un lloc tranquil i amb els equipaments necessaris per viure l'experiència que suposa aquest programa.

PREU

El preu del programa és de **45,00€** per persona.

Aquest inclou l'allotjament en règim de pensió completa, així com els materials formatius, conferències...

QUÈ HE DE FER PER PARTICIPAR-HI?

Si tens interès en inscriure't, omple [aquest formulari](https://inscripcionesmcecc.peretarres.org/inscripcion/PrenteTemps22/nou). Et demanem que en el camp d'observacions facis constar la teva motivació i interès per formar part del programa.

<https://inscripcionesmcecc.peretarres.org/inscripcion/PrenteTemps22/nou>

La data límit per fer aquesta inscripció és el diumenge 16 de gener del 2022

Les places són limitades, en cas de rebre més sol·licituds es farà una selecció dels participants

