



AEPI

ASSOCIACIÓ EUROPEA
DE PROGRAMES
INTERGENERACIONALS

LA SOLEDAT

Programa compartit, en petits grups, sobre LA SOLEDAT
Del 22 d'octubre al 7 de gener. Els dimarts de les 19h a les 19:45h
12 sessions on line, coordinades per AEPI.

- 1- Concepte de soledat.
- 2- La soledat com a part intrínseca de la persona.
- 3- Fets naturals que comporten estats de soledat.
- 4- Fets on es desitja estar en soledat.
- 5- Ensenyar a gaudir de la soledat, mai com a càstig.
- 6- Soledat de dos.
- 7- Soledat en gran grup.
- 8- Comportaments que provoquen soledat.
- 9- Ostracisme
- 10- La por. Pors naturals i com integrar-les.
- 11- Soledat no desitjada
- 12- Recursos, actituds. Acceptacions i reptes.

METODOLOGIA

- Presentació del tema, a càrrec d'un "jardiner/a".
- Debat amb vivències personals de petita durada.
- Reflexió en silenci amb petita audició musical.

ENTRE SETMANA POT HAVER-HI, PUNTUALMENT, ATENCIÓ INDIVIDUALITZADA.

- Es requereix un compromís d'assistència per l'efectivitat de les sessions i per solidaritat amb la resta de companys, les 12 sessions (festes incloses).
- Grups de màxim sis persones, de diferents procedències i edats, a ser possible totalment anònimes que estaran coordinades per un membre col·laborador/a d'AEPI.

INSCRIPCIONS:

Els interessats/des dirigir-se a info@aepi.es o al telèfon 659 368 324 de 17 a 19h

Diu el jardiner/a. Si parlar amb tendresa a les plantes i als animals te'ls apropa i els fa créixer, imagina't fer-ho a les persones.

www.aepi.es

Carrer Major, 5 / Santa Coloma de Queralt / 43420 Tarragona