

QUÉ ES "SANAR MIS HERIDAS"

Es un taller de UN DÍA, para iniciar un proceso de sanar mis heridas interiores: rencores, miedos, rabias, venganzas... y así, perdonarse y perdonar.

PARA QUIÉN ES

Para toda persona mayor de 18 años.

ENTREVISTA PERSONAL PREVIA

Importante tener una entrevista personal previa:

- Para precisar qué se pretende con este taller, y que no.
- Para aclarar dudas y dialogar en torno a las expectativas.

MÉTODO

Es un taller y por lo tanto algo dinámico y participativo. Aprenderemos haciendo.

CONTENIDOS

- Se trata de tomar conciencia de nuestras heridas. Del tipo de sentimientos que hacen surgir en nosotros esas heridas.
- De las consecuencias que tiene el vivir con heridas (es como caminar con garbanzos en el zapato).
- Y de trabajar el modo de sanar y liberarnos de esos sentimientos de rabia y odios, practicando tanto una nueva manera de mirar como de ejercitar la compasión.

DÓNDE Y CUÁNDO

En el Centro Loyola de Bilbao (Calle Padre Lojendio, 2). 48008 Bilbao.

Día: 28 de octubre (sábado)

Horario: 10.00-19.00

PRECIO

25 € (incluye material y alquiler de espacios).
Ya nos organizamos para la comida (Existe un fondo de becas para jóvenes, familias y personas sin trabajo).
Que la economía no sea obstáculo para hacer el taller.

Inscripciones (y más información)

cloyola.bi@arrupeetxea.eus

NIRE ZAURIAK SENDATU

Gure amorruek, gorrotoak, ezinikusiak eta mendekogogoak modu konstruktiboan eraldatuz

Loiolako Santutegia



Loiola Zentroa
Centro Loyola

ZER DA "NIRE ZAURIAK SENDATU"

Egun bateko tailerra da, nire barruko zauriak sendatzeko prozesua hasteko: gorrotoak, beldurrak, amorrak, mendekuak...

NORENTZAT DA

18 urte gorako guztientzat

PERTSONALKI MINTZATZEA GOMENDIAGO DA

Tailer honekin zer lortu nahi den eta zer ez zehazteko.

Itxaropenen inguruan zalantzak argitzeko eta hitz egiteko.

METODOA

Taierra da eta, beraz, dinamikoa eta parte-hartzailea. Eginez ikasiko dugu

EDUKIAK

- Gure zauriez jabetzea da. Zauri horiek gudan sortzen dituzten sentimendu motak.
- Esioekin bizitzeak dakartzan ondorioez (oinetakoetan garbantzua ibiltzea bezala da).
- Eta haserre eta gorroto sentimendu horietatik nola sendatu eta askatu lantzea, begiratzeko modu berri bat landuz eta errukiaz baliatuz.

NOIZ ETA NON

Bilboko Loiola Zentroan (Padre Lojendio Kalea, 2). 48008 Bilbo.

Eguna: Urriaren 28an (larunbata), 10.00-19.00

PREZIOA

25 € (materiala eta espazioak alokatzea barne). Bazkarirako antolatzen ari gara (Gaazteentzako, familientzako eta lanik gabe pertsonentzako beken funts bat dago). Ekonomia ez dadila oztopo izan tailerra egiteko.

Izen - emateak (eta informazio gehiago)

cloyola.bi@arrupeetxea.eus

SANAR MIS HERIDAS

Transformando constructivamente nuestras rabias, odios, rencores y deseos de venganza

Loiolako Santutegia



Loiola Zentroa
Centro Loyola