

Estimadas familias:

Os compartimos invitación al taller PARADA EN FAMILIA-un espacio de interioridad para todas las familias.

Se trata de un espacio abierto y cuidado, especialmente para las familias con hijas e hijos (de todas las edades), pueden participar todas las familias y todas las generaciones. Se trabaja en dinámica de taller vivencial a través de diferentes técnicas (relajaciones, respiraciones, visualizaciones, conciencia emocional, activación de los sentidos...) que buscan dedicar un tiempo de calidad a frenar del ritmo del día a día para que pequeños y mayores conecten de manera conjunta con lo más profundo del ser familia.

El taller consta de 4 sesiones a lo largo del primer semestre 2026. Son cuatro temas/pilares en la dinámica familiar, no obstante, cada sesión es única y con su propio objetivo no hace falta haber venido a las anteriores para disfrutar y sacar provecho de cada sesión.

Temas e hilo conductor:

1. Semillas de luz: despertar la interioridad en familia. 25 de enero
2. Echar raíces: Fortalecer vínculos y valores compartidos. 1 de marzo
3. El cuidado del tallo que nos sostiene. 19 de abril
4. Frutos de amor: vivir y celebrar la Espiritualidad en el hogar. 17 de mayo

Facilitadores:

Equipo de CVX-Arrupe Elkartea y Fundación Lagungo.

Fecha: primer encuentro- domingo 25 de enero 2026.

Hora: 17:00h- 19:00h.

Lugar: Salón de actos de Arrupe Etxea- calle aita Lojendio No. 2 – Bilbao

NOTA: Habrá servicio de cuidado de menores de 5 años en caso de que sea necesario.

Si os animáis podéis hacer la inscripción en el siguiente link: [PARADA EN FAMILIA para todas las familias- grandes y peques.: Rellenar formulario](#)

Familia agurgarriak:

Honekin bat hurrengo tailerrera gonbidapena doakizue, FAMILIAN GERALDIA - Familia orontzako barnekotasun gunea.

Gune ireki eta arduratsua da, adin guztietako seme-alabadun familia guztiei eskainia, guraso eta aitona-amonak ere barne. Bizipenetan oinarritutako dinamikak landuko dira (erlaxazioak, arnasketak, bistaratzeak, kontzientzia emozionala, zentzumenen aktibazioa eta beste hainbat teknika bide). Eguneroko erritmoa geldotu eta kalitatezko denborari lekua emango zaio, txikiek eta nagusiek familiaren izaera sakonean bat egin dezaten.

Tailerrak 4 saio izango ditu 2026ko lehen sei hilabete zehar. Saio bakoitzean familia arloko oinarritzko gai bat landuko da, bere osotasunean. Beraz saio bakanetara etorrita ere, onuragarri eta probetxugarria izan daiteke, saio bakoitzak bere gai eta xedea izango baitu.

Gaiak eta hariak/ lan ildoak:

- Argi haziak: barnekotasuna familian piztea. Urtarrilak 25
- Sustraitzea: Elkarrekiko loturak eta balioak sendotzea. Martxoak 1
- Eusten gaituen zurtaina zaintzea. Apirilak 19
- Maitasun fruituak: Espiritualtasuna etxean bizitzea eta ospatzea. Maiatzak 17

Bideratzaileak:

CVX-Arrupe Elkarteko eta Lagungo Fundazioko taldea.

Data: 2026ko urtarrilaren 25a, igandea.

Ordua: 17:00etatik 19:00etara.

Lekua: Arrupe Etxea- Aita Lojendio kaleko ekitaldi-aretoa. 2 – Bilbo

OHARRA: Beharrezkoa izanez gero, 5 urtetik beherako haurrak zaintzeko zerbitzua egongo da.

Animatzen bazarete, esteka honetan eman dezakezue izena: [FAMILIAN GERALDIA etxeko txiki eta helduentzako](#)