FIME

Formación Internacional Mindfulness para Educadores

FUNDACIÓN ALL ONE PROJECT
www.alloneproject.org

FIME

Formación Internacional Mindfulness para Educadores

Comenzamos el viaje. Un programa y un recorrido de la mano de los fundadores de algunos de los proyectos educativos más inspiradores e innovadores de mindfulness y compasión en el mundo. Un viaje en el que iremos tejiendo una red, una bella comunidad entre personas de diferentes países y culturas. Abrazando la diversidad como fuerza de unión.

Nos han enseñado a cuidar de nuestro cuerpo físico, pero no de nuestra mente. Y ahora es más importante que nunca cuidarla. Aprender a relacionarnos con nuestros pensamientos y emociones de una forma saludable. Darnos cuenta de la programación de nuestras creencias. Desarrollar un pensamiento crítico. Abrir nuestra imaginación y creatividad. Abrir nuestro corazón.

un viaje alrededor del mundo | un viaje en nuestro interior

LOS 7 MENSAJES DE OM

Recorriendo y explorando los 7 mensajes de Om.
Herramientas de mindfulness y compasión para acompañar a profesores y padres en el apoyo emocional a niños y familias.
Hacia una aprendizaje emocional, social y ético

· somos todos uno · we are all one ·

¿Y si aprendiéramos a cultivar estos hábitos desde pequeños?

Desde que nos despertamos hasta que nos acostamos

FIME

Formación Internacional Mindfulness para Educadores

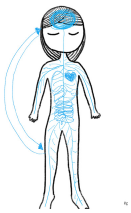
Dirigido a profesores, padres, y personas comprometidas con la educación emocional, ética y social.

Objetivos

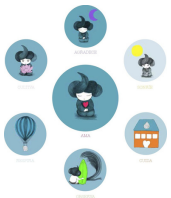
· Conocer las bases, las prácticas, y contar con una hoja de ruta muy fresca y ordenada para llevarlo a las escuelas y a las casas desde el primer día. Estemos online, juntos, confinados o de la forma que sea. Prácticas para poder llevar cada día desde el principio.

· Crear una comunidad de personas que estamos trabajando para crear un mundo diferente, empoderarnos y ayudarnos.

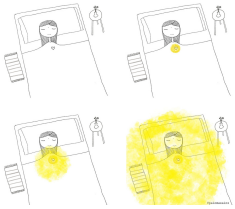
· Cultivar nuestro bienestar emocional, físico, mental y espiritual y el de los niños y la confianza en nosotros mismos como fuerza de consciencia y de cambio.



Conociendo
nuestro cuerpo
y nuestra mente



Cultivando hábitos saludables
desde que nos levantamos
hasta que nos acostamos



Explorando
a través de prácticas
sencillas y visuales

Estructura

7 Módulos: Cada módulo tiene 1 envío con un mensaje de Om (4 prácticas diferentes) + 1 Master Class

Certificado Internacional Fundación All One Project

Más información e Inscripciones: email: hello@alloneproject.org | whatsapp +34 649 987408

FIME

Formación Internacional Mindfulness para Educadores

Programa

Módulo 1

Envío El mensaje de Om nº 1. Sonríe

Master Class con **J.G. Laroche** (E.E.U.U.)
Fundador de **MindfulLife Project Project**
Mindfulness y Heartfulness

Módulo 2

Envío El mensaje de Om nº 2. Cuida

Master Class con **Ana Loret de Mola** y **Brisa Deneumostier** (Perú)
Fundadoras de **Mindfulness Perú**
Mindfulness y sabiduría Ancestral

Módulo 3

Envío El mensaje de Om nº 3. Observa

Master Class con **Daniela Labra** (México)
Co-fundadora de AtentaMente
Aprendiendo a observar nuestra mente

Módulo 4

Envío El mensaje de Om nº 4. Respira

Master Class con Ricardo Tarrasch (Chile)
C.A.R.E. | Tel Aviv University
Neurociencia y Respiración

Módulo 5

Envío El mensaje de Om n° 5. Cultiva

Master Class con **Natali Gumiy** (Argentina)
Co-fundadora de Motivación Compasiva y Presencia en Educación
Cultivo de habilidades compasivas en educación

Módulo 6

Envío El mensaje de Om n° 6. Agradece

Master Class con **Stephanie Bianchi** (Guatemala)
Co-fundadora de Mindful Guatemala
Neurociencia y Práctica: de la Gratitud a la Compasión.

Módulo 7

Envío El mensaje de Om n° 7. Ama

Master Class con **Paloma Sainz** (España)
Fundadora de Fundación All One Project

Sesión de cierre con invitados finales y sesión abierta con presentación del programa See Learning con Hans Burghardt y Universidad de Emory e invitados especiales. Esta última parte abierta a todo el público con inscripción gratuita.

Entrenando nuestra mente,
abriendo nuestro corazón

Inscripciones:
hello@alloneproject.org
+34 649 987408

FUNDACIÓN ALL ONE PROJECT
www.alloneproject.org

FIME
Formación
Internacional
Mindfulness
para Educadores