



HERRAMIENTAS RESILIENTES PARA AFRONTAR LA NUEVA NORMALIDAD

«Las capacidades resilientes de una sociedad en una situación de crisis, se valoran de acuerdo a cómo ésta transforma un conflicto, problema o patología, en una solución» Eduardo Brik

OBJETIVOS

- . Aumentar nuestra capacidad de resiliencia personal y comunitaria.
- . Facilitar un espacio de encuentro para vivir con sentido y esperanza este tiempo.
- . Reflexionar sobre las realidades y comportamientos resilientes que han surgido.

CONTENIDOS

La especie humana tiene memoria de epidemias, catástrofes y guerras, de todas ellas ha salido, habiendo sido la resiliencia comunitaria clave para ello. La mayoría de las personas que han experimentado acontecimientos traumáticos en su vida, tratan de encontrar un sentido a dicho sufrimiento, lo que implica reconstruirse y comprometerse en una nueva dinámica. La crisis de la COVID-19 ha venido a cambiar nuestra cotidianidad, nuestro trabajo, nuestra forma de comunicarnos y relacionarnos. La resiliencia como nueva mirada y cambio de perspectiva es un hábito que generamos en la práctica, en las decisiones que tomamos y en las acciones que emprendemos.

Cada persona, a pesar de las adversidades, puede avanzar en su camino con la esperanza de salir de las nuevas contrariedades que se vayan presentando teniendo las herramientas para afrontarlas. Conversaremos sobre nuestros modos de afrontamiento y de quienes en la adversidad ponen en valor conocimientos, habilidades, destrezas y actitudes que ayudan a aumentar la resiliencia, practicándola deliberadamente y con determinación.

Traer un cuaderno y bolígrafo para las sesiones así como ganas de participar y colaborar en su desarrollo.

EDUCADORA PILMAIQUÉN MANCINI PAZ

ERMITAGAÑA MARTES 17:30/19:00 Del 6 de abril al 25 de mayo

MARTES: 17:30/19:00

ABRIL: 6,13,20,27

MAYO: 4,11,18,25

SAN JUAN JUEVES 10:00/11:30 Del 8 de abril a 27 de mayo

JUEVES:10:30/12:00

ABRIL:8,15,22,29

MAYO: 6,13,20,27