

Proposta de taller vivencial

“Receptes bàsiques de salut per a tota la família: l'aventura de relacionar-se”

Imagineu-vos que esteu mirant per una finestra del temps i us veieu a vosaltres mateixos quan éreu infants i els vostres pares us deien alguna cosa. A vegades eren coses que us agradaven i d'altres no tant. Ara gireu-vos i us veureu a vosaltres, ja grans, dient aquestes mateixes coses o similars als vostres fills. Algunes us agradaran i d'altres no tant.

Creieu que estaria bé adonar-se'n i canviar aquelles que no ens acaben de fer el pes? Aquelles que ens grinyolen, malgrat que les continuem fent? La criança no s'acaba quan els infants compleixen 3 anys sinó que segueix i segueix tot el que la vida ens doni de si. Perquè en el fons la criança és establir una relació que es va construint al llarg de tota la vida.

Molts dels “problemes” amb els nostres fill, i amb els nostres pares, tenen a veure amb el patró relacional. En el taller veurem on és la preocupació i el conflicte per tal de fer una observació més acurada que ens permeti resoldre les situacions segons el concepte Criança Transversal.

En el taller veurem la importància d'aquestes relacions envers la nostra salut i la dels nostres fills. I repassarem les malalties més freqüents amb els infants i quina actuació podem fer com a pares tant a nivell de remeis com a nivell emocional.

L'objectiu és aportar una experiència vivencial enriquidora i pràctica per avançar cap al benestar i la salut a la vida personal i relacional.

Gemma Baulies és metgessa, pediatra, homeòpata i metgessa naturista. A través de la homeopatia imprimeix a la malaltia una base més profunda on les relacions i les emocions tenen un paper primordial.

Pilar Arlándiz és llicenciada en Psicologia i Terapeuta familiar. Màster en Teràpia Familiar Sistèmica. Ha estat coordinadora i psicòloga de diversos Equips d'Atenció a la Infància i l'Adolescència a la demarcació de Barcelona.

Lloc: La Miranda

Horari: de 9.00h a 14.00h

Dia: dissabte, 1 de febrer

Què és Criança Transversal?

La Dra. Gemma Baulies i la psicòloga Pilar Arlándiz plantegen la infantesa i l'etapa de criança com a determinants de la relació que vam establir amb els nostres pares, amb la vida, amb altres persones i amb els nostres propis fills (en cas de tenir-los).

Aquesta nova mirada porta a la presa de consciència i solució de tot allò que ens grinyola, ens crea dificultats o conflictes i finalment ens fa emmalaltir.

A aquesta mirada li han posat el nom de Criança Transversal, un concepte d'abordatge on han bolcat els 30 anys experiència professional i acompanyament a milers de persones cap al benestar psicològic i físic.

Ho expliquen de manera planera en el llibre *“La aventura de relacionarse. Guia pràctica para padres e hijos de todas las edades (0-99 años)”*, amb el qual inicien una col·lecció de divulgació que dóna claus per a una vida relacional més satisfactòria i amb més salut.