

Taller de sensibilització

Bondat en acció

“ La culminació de la intel·ligència no és el coneixement, sinó la bondat ”

Cal sembrar Bondat en Acció.

Per fer-ho cal fer ressonar aquest valor, posar-lo en valor, netejar el seu significat de connotacions antigues, distorsionades o passades de moda.

Cal actualitzar el seu contingut, generar un moviment de persones que trien orientar la seva vida cap a la bondat, de tal manera que aplicant aquest valor-acció en la seva pròpia vida, promoguin conjuntament la millora del nostre món.

Per una humanitat més ètica, emocionalment més ecològica, solidària i diversa.

Taller gratuït! Inscripcions obertes!

Bondat en acció

Objectius

- Compartir els resultats d'investigacions i estudis sobre els beneficis d'incorporar a la nostra vida aquest valor-acció.
- Donar a conèixer experiències concretes.
- Fer un autodiagnòstic sobre com cada participant visualitza en la seva pròpia vida l'aplicació dels diferents ingredients que componen la bondat.
- Visualitzar els beneficis de treballar en aquest valor-acció.
- Moure cap a l'acció concreta.

Continguts

- La bondat, l'ADN del cor. Del kindness al kindness in motion. Estudis sobre els beneficis de la bondat.
- La fórmula magistral de la bondat.
- Autodiagnòstic del perfil personal de Bondat (Qüestionari "Tamboret de tres potes Bondat").
- Resistències que ens impedeixen optar pel camí de la Bondat. Un exemple de treball amb creences.
- Compromís personal de passar a l'acció.

Metodologia

- Constarà d'una part expositiva, una part de treball personal i una part final de debat interactiu.

Proper taller:

DATA: Dissabte, 14 de maig 2022

HORARI: de 16.00 a 19.00 h

FACILITADORS: Iolanda Gasques i Maria José Buera

FORMAT: Online a través de Zoom

PREU: gratuït

INSCRIPCIONS: <http://bit.ly/taller-bondat-accio>

INFORMACIÓ: Telèfon: 647 742 140 - Email: fundacio@fundacioecologiaemocional.org