

Taller Primavera

loga en família & art manual

& Elaboració de boles de llavors

3-12 anys

ARRELS YOGA

"Allò que sembrem amb amor, floreix amb bellesa."



Allò que sembrem amb amor, floreix amb bellesa."



ESCOLA RIBATALLADA

25 d'abril d'11 a 12:30 h Escola Ribatallada c/ Del Canonge Joncar, 56, 08208 Sabadell, Barcelona

Descripció del taller:

loga en família - La primavera ens convida a despertar i a obrir-nos com fan les flors. Jugarem amb el cos fent postures expansives com pètals que s'obren, respiracions alegres com ocells que volen i moviments fluids com la pluja que acarona la terra. A través del ioga descobrirem que dins nostre també hi ha llavors que volen créixer. Activitat creativa - Crearem unes boles de llavors amb fang, terra i llavors de flors. Cada família se les emportarà a casa per plantar-les al jardí, en un test o en algun racó especial, i així veure com la vida reneix i floreix. Una activitat senzilla i màgica per entendre que tot allò que sembrem, amb amor i paciència, un dia ens regala bellesa.

Objectius del taller:

- Descobrir a través del cos i la respiració la sensació d'obertura, creixement i alegria.
- Aprendre que, igual que a la natura, dins nostre també hi ha llavors que necessiten cura i temps.
- Compartir un espai de joc i confiança en família.
- Emportar-se a casa una experiència viva: boles de llavors que, en florir, recordin el missatge del taller i l'experiència en sí.

Beneficis per a les famílies:

- Connectar amb el cicle natural de la vida d'una manera vivencial i pràctica.
- Crear records compartits plens d'alegria i esperança.
- Afavorir la paciència i el compromís de cuidar junts alguna cosa que creix.
- Incorporar un ritual familiar de plantar i observar la vida.

Què inclou:

- Taller 1:30 h
- Material per dur a terme les activitats
- Espai acollidor i preparat per dur a terme les activitats
- Fotografies de record (opcional)
- 21%IVA

Què no inclou:

- Estoreta, cal portar-ne mínim una per parella.



A partir de

34,5

Un infant i un adult