


*“Non puoi trasmettere saggezza e visione profonda a un'altra persona.  
Quei semi sono già presenti in lei;  
un buon insegnante li tocca e  
permette loro  
di risvegliarsi, di germogliare e di crescere”*

*“Thich Nhat Hanh”*




Dott.ssa Valentina Campus:  
3487276380

 Centro Clinico Matrioska

Il Centro Clinico Matrioska opera da parecchi anni nei settori della Psicoterapia Cognitivo Comportamentale, rivolta a minori e adulti, della psicologia clinica, della logopedia, della psicomotricità, e fornisce interventi supervisionati basati sulla Terapia ABA.



Dott.ssa Silvia Ledda:  
3472314286

 Cooperativa Seconda Stella

Seconda Stella intende fornire supporto educativo per infanti ed adolescenti con Disturbo Pervasivo dello Sviluppo, deficit cognitivi, comportamentali e della comunicazione basato sull'Analisi Comportamentale Applicata (Terapia ABA). La Cooperativa si avvale di figure professionali specializzate (Tecnici ABA, Assistenti Analisti del Comportamento, Supervisor BCBA)



Il Centro Clinico Matrioska  
&  
La Cooperativa Seconda Stella  
presentano:

## GRUPPO ESTIVO IL FIORE DENTRO

Per BAMBINI dai 7 ai 12 anni  
Il mercoledì  
dal 13 Giugno all'8 Agosto 2018  
Dalle 9:00 alle 12:00



## GRUPPO ESTIVO “IL FIORE DENTRO”



Coerentemente con le ricerche recenti che mettono in evidenza l'efficacia dell'utilizzo di programmi MINDFULNESS in età evolutiva, proponiamo la sperimentazione di un protocollo chiamato “Il fiore dentro” , unico programma mindfulness per bambini creato e pubblicato in Italia dalla Dott.ssa Montano e dalla Dott.ssa Villani. Il percorso non è altro che una pratica di consapevolezza che permette ai bambini di entrare direttamente a contatto con i loro vissuti emotivi, nonché con la comprensione di alcuni dei meccanismi del loro agire. In età scolare , con lo sviluppo della capacità di introspezione, si potranno guidare i bambini alla scoperta di nuovi modi per promuovere l'empatia e nutrire l'autoefficacia in direzione del benessere psicofisico.

Questo tipo di competenze sono necessarie per affrontare lo stress che vivono i giovani del nostro tempo , insieme a problemi tra cui l'ansia, scarsa autostima, tono dell'umore basso, difficoltà di autoregolazione della rabbia e di interazione sociale.

DATA	SESSIONE MINDFULNESS	ATTIVITA'
13/06	“C'è un giardino segreto dentro di me”	ESCURSIONE IN BICI E PREPARAZIONE PIZZA
20/06	“La mente del principiante”	CAMERIERI PER UN GIORNO presso WARUNG BAR GIARDINI
27/06	“Un pensiero è un pensiero”	YOGA AL MARE: IL SALUTO AL SOLE
4/07	“I colori delle emozioni”	BODY PAINTING in PISCINA
11/07	“Gli eventi stressanti”	SUP al MARE
18/07	“La consapevolezza prima di agire”	GITA in BARCA A VELA
25/07	“Io e l'altro da me”	GIORNATA SURVIVOR (Montaggio tende e costruzione di una cucina da campo)
8/08	“ Il fiore dentro”	CACCIA AL TESORO al MARE e PRANZO FINALE



Cari genitori, per quest'anno abbiamo deciso di associare le consuete attività estive ad un progetto psico-educativo più complesso, destinato ai bambini della fascia d'età 7-12 anni.

Il percorso si avvale di condivisioni di gruppo, meditazioni, momenti di riflessione, lettura di racconti e un lavoro sul corpo attraverso semplici esercizi fisici.

Gli incontri di gruppo saranno pertanto strutturati in due parti: un primo momento dedicato allo sviluppo delle sessioni del protocollo e un secondo momento dedicato ad una esperienza.