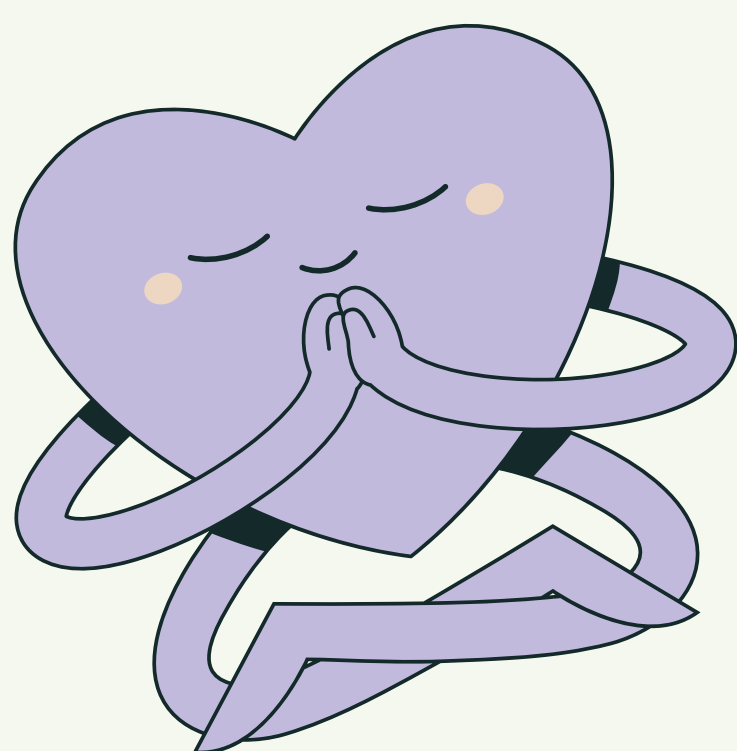


# PROYECTO-AULAS CONSCIENTES



En este cole, los niños y niñas de primaria están aprendiendo a:  
Conocer y gestionar sus emociones, estar presentes y cultivar un lenguaje positivo.

## ¿CÓMO LO VAMOS A HACER?



Una experta en Inteligencia Emocional y Mindfulness nos visitará todas las semanas y haremos juegos, dinámicas y debates para potenciar nuestras habilidades sociales, emocionales y comunicativas.

## ¿QUIERES SABER EN QUÉ NOS AYUDARÁ?



Aprenderemos a conocer, entender y gestionar nuestras emociones



Al conocer mejor nuestro mundo emocional, podremos relacionarnos de forma más saludable con el resto. Fomentaremos la empatía y el respeto mutuo



Cultivaremos el amor propio y fortaleceremos nuestro diálogo interno



Conoceremos diferentes herramientas para estar en el momento presente y relajarnos