



## ÈXIT I FELICITAT

Treballem pel benestar i la felicitat del nostre jovent i les seves famílies.



## INDEX

1. Presentació.....	3
2. El cost dels tallers.....	4
3. El transport.....	4
4. Últims detalls.....	4
5. Proposta ÈXIT I FELICITAT.....	5
5.1 Tallers per l'alumnat.....	5
5.2 Espai per les famílies.....	6
6. On ens pots trobar.....	7



## 1. PRESENTACIÓ

**Laura Cortés (1985).** Es dedica a **acompanyar el jovent a descobrir el món i a descobrir-se a si mateix/a amb l'objectiu de ser més feliç.** L'adolescència és una època difícil, plena de canvis i transformacions, per això, és vital **acompanyar** no només el jovent, sinó també **a totes les persones que estan al voltant: família, professorat, educadors/es, etc.**

Ella és **Animadora Sociocultural, Educadora social i Agent d'Igualtat** d'oportunitats entre homes i dones; a més, té una **gran experiència amb joves**, especialment amb **joves en risc d'exclusió social i amb necessitats educatives especials.** A més, ha sigut vicepresidenta de l'associació LIKA durant més de cinc anys (LIKA és una entitat sense ànim de lucre que té com a objectiu sensibilitzar i prevenir a la població, en concret al jovent, de les relacions abusives, el masclisme i la violència).

Actualment és la **directora del projecte Sense Embuts**, un projecte que té com a finalitat **proporcionar estratègies d'autoconeixement i creixement personal al jovent de la ciutat de Lleida oferint un espai lliure, segur, confidencial i gratuït** on es parlen temes que preocupen als i les joves: la llibertat, l'èxit, l'amor, la responsabilitat, les relacions socials, etc. En aquest projecte treballa amb en Daniel Gabarró i més d'una seixantena de persones voluntàries.



## **2. EL COST DELS TALLERS**

A continuació realitzem diferents propostes d'intervenció. A cada una d'elles s'especificarà la durada i el cost de cada una d'elles.

A aquest cost se li haurà d'afegir el transport.

En el cas que es contractés més d'un taller en un dia, s'hauria d'afegir, si cal, la dieta (11 euros pel menú).

## **3. EL TRANSPORT**

Pel que fa al desplaçament, cada quilòmetre té un valor de 23 cèntims d'euro on s'hi inclou el combustible i l'amortització del vehicle.

En el cas de realitzar la xerrada fora de la província de Lleida, es tindrà en compte la possibilitat de viatjar en tren.

## **4. ÚLTIMS DETALLS**

Si us interessa algun dels tallers, només cal que ens posem d'acord en el títol, el públic a què anirà dirigit, el que voleu que les persones assistents obtinguin i els honoraris.

Escriviu a: [info@senseembuts.cat](mailto:info@senseembuts.cat) on la Laura us atindrà i reservarà la data.

La factura l'emet l'Associació Catalana de Creixement Personal per a Joves i Adolescents Sense Embuts.





## 5. PROPOSTA ÈXIT I FELICITAT

Una gran part del jovent passa per moments durs, plens de confusió i amb dificultats, en especial el jovent que cursa 2n de batxillerat, ja que és **un moment vital caracteritzat per haver de decidir que estudiar en el seu futur.**

Estudiar o treballar? A què em vull dedicar professionalment? Què m'agrada? Que se'm dóna bé? Seré capaç d'aconseguir la nota que necessito per entrar a la formació que vull? Trobaré feina? Són algunes preguntes que pensen una i una altra vegada.

L'associació Sense Embuts creu que s'ha de **realitzar un acompanyament** a aquest jovent i a les seves famílies, per aquest motiu ofereix un taller específic que porta per títol "**Èxit i Felicitat**", amb l'objectiu de **trencar amb la creença que l'èxit té a veure amb el reconeixement social i els diners** per a relacionar-ho amb la felicitat, amb fer allò que m'agrada, allò que m'apassiona, allò que em fa feliç de la millor manera que puc i que sé, independentment dels resultats.

Creiem que aquest missatge pot **tranquil·litzar al jovent i a les seves famílies** i a la vegada, pot ser **positiu i motivador.**

**Hem realitzat aquest taller a més de 832 joves, dels quals 807 l'han valorat bé i molt bé ( 524 molt bé).**

### 5.1 Taller per l'alumnat: Èxit i Felicitat.

- Públic a qui va dirigit: alumnat 2n batxillerat.
- Durada: 60 minuts.



- Resum de l'objectiu del taller: taller pràctic amb **dinàmiques vivencials**, **testimonis reals** i amb diferents **dinàmiques grupals** amb la intenció de **compartir i reflexionar** respecte a l'èxit i la relació que té amb la felicitat.
- Necessitats tècniques: un espai càlid on reflexionar en veu alta i poder dialogar amb les persones assistents, un projector, equip de so i accés a internet.
- Cost del taller: 100 euros.

## 5.2 Espai per les famílies: Compartim l'èxit i la felicitat

Aquesta activitat té com a finalitat **oferir un espai lliure, segur i confidencial per compartir amb les altres famílies** les nostres inquietuds, preocupacions, etc. **amb una persona referent i experta en adolescència.**

Acabar 2n de batxillerat és intrigant, tant per l'alumnat com per les seves famílies i sovint es viu amb tensió i incertesa.

**L'espai té com a objectiu ajudar-te viure aquesta etapa amb serenitat i així poder acompanyar al teu fill/a adolescent a viure-la de la manera més tranquil·la possible.**

L'èxit d'una persona no és mesura amb una nota acadèmica.

En parlem?

- Durada: 90 minuts.
- Necessitats tècniques: un espai càlid on reflexionar en veu alta i poder dialogar amb les persones assistents, un projector, equip de so i accés a internet.
- Cost: 250 euros.



## **6. ON ENS POTS TROBAR?**

- Pàgina web: [www.senseembuts.cat](http://www.senseembuts.cat)
- Xarxes socials: Facebook, Instagram.
- Adreça de correu electrònic: [info@senseembuts.cat](mailto:info@senseembuts.cat)
- Telèfon contacte: 693 84 99 37

