

Educación Emocional, Coaching y Mindfulness

2022-2023. Eje 1. POEJ

QUÈ ÉS?

Es una formació que te com a objectiu millorar l'ocupabilitat de les persones participants i incorporar-se en un procés d'integració sociolaboral.

A QUI VA DIRIGIT?

Les persones participants han de complir els següents requisits:

- Ser majors de 16 i menors de 30 anys, amb una discapacitat reconeguda igual o superior al 33% i disposar del la resolució d'un Grau de dependència igual o superior a Grau 1, atorgat per l'Organisme Competent de la Comunitat Autònoma.
- Estar en situació econòmica d'inactivitat i no classificada com ocupada ni aturada.
- Tenir nacionalitat espanyola o ser ciutadans de la Unió Europea o dels Estats part de l'Acord sobre l'Espai Econòmic Europeu o Suís que es troben a Espanya en exercici de la lliure circulació i residència.
- Les persones estrangeres no ciutadanes de la Unió Europea hauran de tenir permís de residència en vigor.

EN QUÈ CONSISTEIX?

El programa es divideix en tres apartats:

1. Accions formatives teòriques en Educació Emocional amb una durada de 120 hores per participant jove amb discapacitat.
2. Processos de Coaching, dividit en dos actuacions, per una banda individual amb una durada de 13h, i per altre de familiar o sistèmic amb una durada de 10h
3. Programes de Mindfulness amb una durada de 30 hores por participant jove amb discapacitat. Aquesta actuació consisteix en entrenar la capacitat natural d'Atenció Plena que tenim els essers humans i que s'associa amb una millor capacitat de regulació emocional y de qualitat de vida i benestar general.

INFORMACIÓ E INSCRIPCIONS:

FUNDACIÓ PRODÍS (Plaça del Tint, 6 – Terrassa, 08224) www.prodís.cat

Tel. 93 731 10 09

Julián Cárdenas orientacio3@prodís.cat



UNIÓN EUROPEA
Fondo Social Europeo
Iniciativa de Empleo Juvenil
El FSE invierte en tu futuro