



EQUIPO HARA

Estimadas familias:

Dentro del programa de Actividades del centro, os invitamos a participar en los encuentros mensuales:



educar la interioridad

Creemos oportuno ofrecer la posibilidad de conocer y experimentar lo que viven vuestros hijos, durante su paso por el colegio, en cuanto al cultivo de su interioridad. Una apuesta que les ayuda a mejorar su conciencia corporal, integrar sus emociones y abrirse a la trascendencia.



**Un camino hacia uno mismo,
hacia los demás,
hacia la trascendencia.**

El programa Hara proporciona los instrumentos necesarios para crecer y madurar trabajando integralmente todas las dimensiones de la persona. A los adultos os ofrecemos la oportunidad de encontrar **un espacio de autoconocimiento, crecimiento personal y comunicación interpersonal.**

En un contexto social tan marcado por las prisas, por el hacer y por la falta de tiempo para Ser, os **proponemos cultivar vuestra interioridad** a través de técnicas de relajación, visualización, expresión plástica y corporal, meditación... Algunos podréis vivir o descubrir vuestra dimensión espiritual haciendo realidad la expresión de Antoine de Saint Exupéry en "El Principito": *Lo esencial es invisible a los ojos.* Otros podréis vivir con más hondura vuestra experiencia de fe. Todos tenemos el reto de vivir en plenitud nuestra humanidad.

Animadores: H. Fernando González y Miguel Ángel Monroy.

Fechas: Comenzamos el martes, 8 de octubre. A partir de noviembre: primer martes de mes.

Horario: De 16.00 a 17.30 horas. (Traed ropa cómoda).

Lugar de encuentro: Sala Hara (2ª planta, por la escalera central a la derecha).

Si quieres participar en esta actividad (y aún no te has apuntado), escribe un correo con tus datos personales (*necesitamos tu dirección de correo electrónico*) y el curso de tu hijo/a a fernandogonzalez@colegiolourdes.es, para inscribirte. Cuando el grupo esté conformado concretaremos algunas cosas más.

Te esperamos.

Equipo Hara.