

## Cuencos con Alma: Taller de creación consciente y meditación

### Descripción del Taller

“Cuencos con Alma” es un taller experiencial donde los participantes crean su propio cuenco artesanal a partir de una mezcla de cemento y arena, integrando un proceso de creación consciente.

La actividad comienza con una breve meditación guiada enfocada en la conciencia del momento presente, con el objetivo de generar un espacio de calma y conexión.

A continuación, se comparte una historia simbólica relacionada con el proceso de creación, invitando a los participantes a reflexionar sobre el valor de los pensamientos, la capacidad que tenemos en nuestras manos de autocontrol, mejorar esos pensamientos y cambiar nuestro entorno y llegar a la transformación.

Durante el taller:

- Cada participante elaborará su propio cuenco artesanal
- Podrá personalizarlo con pigmentos
- Experimentará un proceso manual y creativo
- Participará en un espacio de conexión y reflexión



1/3

### Fechas:

Inscripción: **Del 09 al 16 de julio** Realización: **18 de Julio**



Horario	Hora de inicio: <b>10:30</b> Hora finalización: <b>12:30</b>
Plazas Ofertadas	Nº de Plazas: <b>15</b>
Lugar	<b>La Caja Blanca</b> Av Editor angel Caffarena nº 8
Observaciones	<p>Actividad experiencial que combina creación artesanal con un breve ejercicio de meditación guiada para favorecer la calma y la conexión con el momento presente.</p> <p>Se recomienda asistir con <b>ropa cómoda</b>. La actividad puede implicar el uso de <b>materiales que ensucian ligeramente</b> (cemento y pigmentos).</p> <p>No se requieren conocimientos previos.</p>
Requisitos de participación / Acceso	<p><b>Los/as menores</b> de edad <b>deberán entregar, al inicio del taller, el modelo de autorización firmado por el responsable legal</b> (padre, madre o tutor/a, acompañado de <b>fotocopia del DNI del firmante</b>).</p> <p>Para poder hacer <b>inscripciones on line</b> hay que estar dado de alta en la Base de datos del Área de Juventud. Para ello, previamente hay que enviar por correo electrónico (desde la cuenta de correo que quieras dar de alta) solicitándolo a <a href="mailto:juventud@malaga.eu">juventud@malaga.eu</a> adjuntando copia del DNI e indicar un nº de teléfono.</p> <p>Se podrá acceder al taller hasta un máximo de 5 minutos pasada la hora prevista de inicio. Pasado este tiempo, la plaza quedará libre a disposición de otros usuarios, sin derecho a ningún tipo de reclamación.</p>
Imparte	Elisa María de la Linde Anaya
Recordatorio Renuncias	<p>Los/as jóvenes podéis realizar propuestas de iniciativas, relacionadas con la ocupación del tiempo libre, que fomenten el ocio educativo, la suma de esfuerzos y la implicación en proyectos que hacen ciudad. Las propuestas recibidas que finalmente sean seleccionadas, pasaran a formar parte de los Talleres BIJ.</p> <p><a href="https://juventud.malaga.eu/es/actividades-y-programas-00001/banco-de-iniciativas-juveniles/">https://juventud.malaga.eu/es/actividades-y-programas-00001/banco-de-iniciativas-juveniles/</a></p> <p><b>IMPORTANTE:</b> En el caso de renunciar a tu plaza, consultar la normativa del programa Apartado 5ª</p>



Si necesitas  
más  
Información

Puedes contactar:  
Coordinador BIJ [coordinadorbij@gmail.com](mailto:coordinadorbij@gmail.com)  
Área de Juventud: [juventud@malaga.eu](mailto:juventud@malaga.eu)