



FORMACIÓN



GREEN GUARDIANS



VICENZA, ITALIA



DEL 12 AL 19 DE JULIO DE 2025

PAÍSES PARTICIPANTES

Bélgica, Francia, Luxemburgo, Alemania y España

¿QUÉ VAMOS A HACER?

Este curso está diseñado para quienes como tú buscan mejorar su bienestar en un mundo cada vez más digital. Sabemos que el uso excesivo de la tecnología y la desconexión de la naturaleza pueden afectar nuestra salud mental, por eso proponemos una forma de volver al equilibrio.

A través de prácticas como la meditación y la conciencia corporal, aprenderás a gestionar tu atención, reducir el estrés y mejorar tu bienestar emocional. Pero no solo se trata de cuidar de ti, sino también de cuidar del planeta. Este curso promueve la sostenibilidad y el respeto por el medio ambiente, dándote herramientas para integrarlo en tu vida diaria.

Nuestro objetivo es ayudarte a reflexionar sobre la conexión con la naturaleza, mejorar tu conciencia sensorial y despertar tu creatividad, todo mientras aprendes a aplicar el mindfulness en entornos naturales. Es el momento de encontrar el equilibrio, cuidar de tu mente y de nuestro planeta.

Se informa que los participantes NO estarán acompañados por monitores atendiendo a su mayoría de edad.

PERFIL DE PARTICIPANTES

- Jóvenes que buscan conectar más profundamente con la naturaleza y aprender a aplicar prácticas de mindfulness en entornos naturales.
- Participantes que valoran la sostenibilidad y desean aprender a incorporar hábitos respetuosos con el medio ambiente en su vida diaria.
- Participantes con interés en despertar su creatividad y mejorar su conciencia sensorial, tanto en el plano emocional como ambiental.

CRITERIOS DE SELECCIÓN

- Por no haber participado con anterioridad en el Programa Municipal de Intercambios Juveniles: 2 puntos.

INFO DE INTERÉS

Precio: 150€

Número de plazas: 3 plazas

Edades: Nacidos entre el 1 de enero de 2000 y 31 de diciembre de 2004.

Organización responsable: Studio Progetto Società Cooperativa Sociale