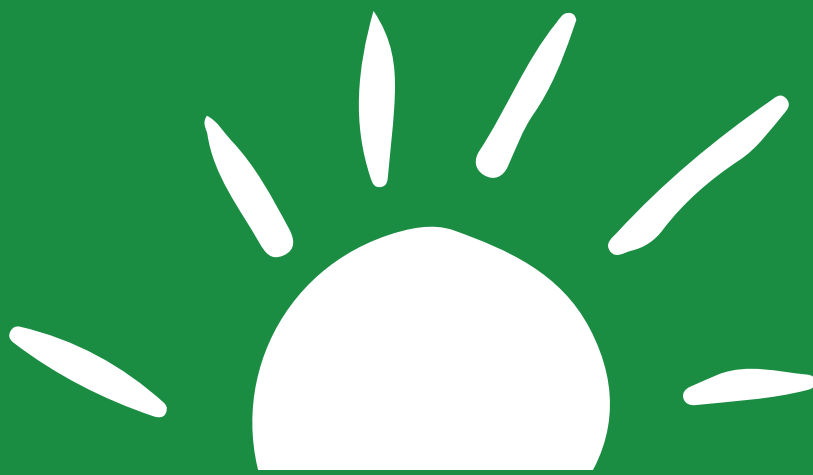




moixaina

**Les tardes
a Moixaina.
T'hi apuntes?**







Benvingudes famílies!

Amb molta il·lusió, us presentem en aquest document les activitats que oferim durant les tardes a la nostra estimada Moixaina.



C/ Sant Francesc 65, Premià De Mar 08330
moixaina.es
hola@moixaina.es
Instagram: moixaina_espaifamiliar
Telegram: moixaina_espaifamiliar
Whatsapp: 657 367 813

3 - 7 i 8-11 anys / Grups trimestrals

Joc Teatral en Família

Proposta dirigida a famílies amb nens i nenes de 3 a 7 i de 8 a 11 anys que vulguin divertir-se explorant la seva relació amb l'entorn i amb els altres a través de jocs teatrals, amb dinàmiques grupals i individuals. És una activitat que inclou el moviment, el ritme, la veu, la música, i, per descomptat, el teatre. Tot i que la proposta de l'activitat està guiada, a Moixaina anteposem i respectem sempre la creativitat, el ritme i el desig de cada criatura, sense forçar-los a participar. Els adults també estan convidats a sumar-se i connectar amb els seus fills i filles a través del joc, però, igual que amb les criatures, la seva participació no és obligatòria: poden quedar-se al bar o, si ho prefereixen, i sempre que els seus fills i filles participin a l'activitat i estiguin còmodes sense la seva presència, poden marxar.

L'horari està estructurat de la següent manera: la primera mitja hora és per berenar i acabar d' "arribar" a l'espai, de 17h a 18h es desenvolupa la proposta, i l'última hora la dediquem al joc lliure dels petits a l'espai, que estaran segurament inspirats pels personatges i situacions que acaben de crear.



Horaris:

3 a 7 anys: dimarts de 16:30 a 19h

8 a 11 anys: dijous de 16:30 a 19h

Preus (1 criatura + 2 adults):

- Una tarda per setmana: 35€/mes
- Dues tardes per setmana: 55€/mes
- Invitació per adult extra: 3€/dia
- Germans menors de 3 anys, poden venir, a càrrec de la mare o pare, sense cost.



Grup Embaràs Creatiu

Preparació per a la maternitat i la paternitat amb eines d'artteràpia.

Tant si estàs embarassada com si acompanyes de prop l'embaràs de la teva parella, el temps d'espera és un moment veritablement especial. La il·lusió es barreja amb el dubte, la incertesa o la por. La necessitat de controlar es barreja amb la d'alliberar i confiar. Moltes preguntes ens visiten: qui seré? En qui es convertirà la meva parella? Què passarà amb la vida tal com la coneixem?

Deixar de ser filla o fill per a passar a ser mare o pare no és un camí pla, però pot ser tan revelador com transformador si estem disposades i disposats a atendre les nostres emocions. És un període idoni per a "fer neteja", per a revisar-nos a la vegada que cuidar-nos, per a gaudir, per a connectar amb nosaltres mateixos i amb la persona que està a punt d'arribar.

Aquesta proposta és una invitació a aprofitar aquest moment d'obertura, ple de canvis físics i psíquics brutals i preciosos. A través de diversos exercicis i propostes creatives explorarem aquestes i altres qüestions en un entorn de seguretat. L'acompanyament emocional, la feina amb els materials artístics i el suport del grup ens ajudaran en el viatge que implica acomiadar una etapa vital per a rebre'n una altra.

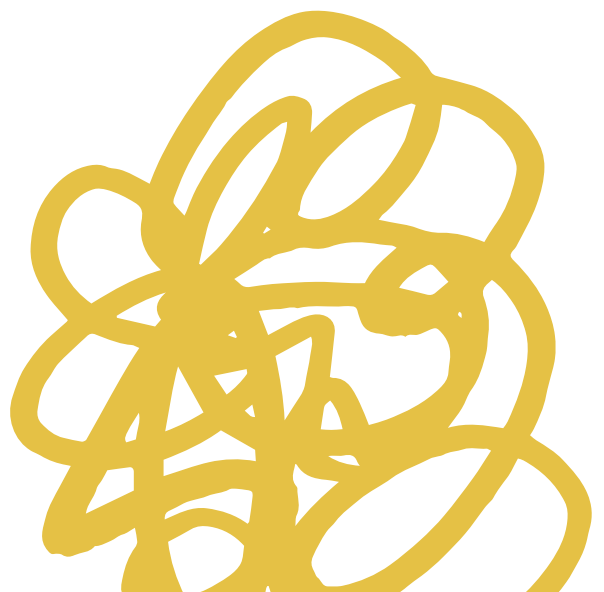
El nostre objectiu és connectar amb la nostra capacitat creativa, aquella que ens permet estar atents, flexibles i juganers davant els grans i petits canvis que ens presenta la vida. No és necessari tenir cap experiència prèvia amb materials artístics per apuntar-s'hi.

Horaris:

Grup presencial: dilluns de 18:30 a 20h
Grup en línia: dimecres de 16 a 17:30h

Preus:

Grup presencial: 50€/mes individual i 60€/mes en parella (inclou materials)
Grup en línia: 45€/mes individual i 55€/mes en parella



Grup Postpart Creatiu

Grup d'acompanyament emocional al postpart amb eines d'artteràpia.

Després de parir et trobes com si haguessis arribat recentment a un altre planeta... i de planetes n'hi ha amb molts climes diferents. Deixar que una altra vida obri pas a través del teu cos és un viatge en que es perden algunes coses, però se'n troben d'altres. És habitual sentir que juntament amb el nadó han emergit emocions antigues, i que les nostres relacions són sotmeses a tensions desconegudes fins ara. A vegades el part no va ser com esperàvem, a vegades el nadó real no es correspon amb l'imaginat, a vegades és incòmode i aclaparador sentir que cal conèixer-se de nou a un mateix i a la nostra parella en aquest nou paper. El postpart ens convida a connectar amb la fragilitat i el descontrol, però també amb una força i un poder que no sabíem que teníem.

Aquest serà un espai per explorar tot això d'una manera creativa, delicada i cuidadosa, sense pretensions de arribar a cap lloc; un espai perquè mares i pares connectin amb ells mateixos i amb altres persones de manera profunda. Pots assistir amb el teu nadó si encara no es desplaça.

Horaris:

Grup presencial, dijous de 11 a 12:45h

Grup en línia, dijous de 16 a 17:30h

Preus:

Grup presencial: 50€/mes individual i 60€/mes en parella (inclou materials)

Grup en línia: 50€/mes"



Grup Criança Creativa

Acompanyament emocional a la criança amb eines d'artteràpia. Proposta dirigida a mares i pares que senten que la teoria no els és suficient en el moment de la veritat o que passen per un moment difícil en la criança.

Sovint oblidem com gaudir i sentim que criar és quelcom molt distant al que havíem imaginat. Sovint sentim que podríem fluir millor amb els nostres fills o filles, però ens quedem atascats. Sovint entrem en cercles viciosos i agonies, i apareix la dificultat per mantenir el centre sense enlairar-se o empitjorar la situació...

En aquests moments, ens confronten les nostres pròpies mancances, ferides i ràbia continguda, i des d'aquí es fa impossible interpretar i calmar les nostres criatures.

El grup Criança Creativa és un espai per aturar-se un moment, per aparcar una estona l'expectativa sobre el futur, per desenfocar el que ens preocupa i poder connectar amb nosaltres mateixos, sentir les nostres emocions, observar les nostres creences.

A través de la feina amb materials artístics, alguns exercicis i una reflexió honesta, tractarem de recuperar i reconstruir un lloc propi, de pau, gaudi i humor, des del qual ampliar la perspectiva, assajar solucions i descobrir nous recursos per relacionar-nos amb la nostra família.

També serà un lloc de connexió amb persones que passen per situacions semblants, d'intercanvi i aprenentatge. Un lloc segur en el qual donar-se permís per cuidar-se i sentir-se sostingut. Un temps i espai per al alleujament, l'acceptació i, sobretot, per recuperar forces. L'objectiu és reconnectar amb la nostra capacitat creativa, aquella que ens permet estar atents, flexibles i juganers davant els grans i petits reptes que ens presenta la vida.

Horari:

Dijous de 18:30 a 20h

Preu:

50€/mes (inclou materials)





També lloguem el nostre espai!

Et ve de gust celebrar l'aniversari de la teva criatura però no trobes un lloc preparat per a la infància amb espai exterior?

Sou un grup de famílies amigues que volen trobar-se per un dia especial en un lloc natural, divertit i segur per als nens?

Lloguem el nostre espai per a aniversari, reunions familiars, esdeveniments, tallers, xerrades, formacions i altres.

Màxim aforament: 20 adults

Preu: Consulta'ns!

Què inclou?

- Ús del mobiliari
- Ús privat de l'espai interior i exterior delimitat
- Ús del material i estructures de joc
- Accés al bar i a les seves instal·lacions (nevera, microones, cafetera, tetera i altres)
- Accés a bar saludable o possibilitat de contractar servei d'àpats
- Presència d'una persona de l'espai per a resoldre qualsevol dubte
- Neteja abans i després de l'esdeveniment
- Possibilitat de portar el teu propi menjar i begudes





**Si vols conèixer més sobre Moixaina,
concertar una visita o rebre informació sobre
qualsevol dels nostres serveis, pots
contactar-nos per les següents vies:**

Web: moixaina.es

Email: hola@moixaina.es

Instagram: [moixaina_espaifamiliar](https://www.instagram.com/moixaina_espaifamiliar)

Telegram: [moixaina_espaifamiliar](https://www.telegram.com/moixaina_espaifamiliar)

Whatsapp: 657 367 813



moixaina

C/ Sant Francesc 65, Premià De Mar 08330