

## Il gruppo educazione

---

Amhran Duit ha al suo interno un gruppo che si occupa di educazione e di attività con i bimbi.

In un mondo un po' frenetico e ricco di attività, dove i bimbi sono spesso sollecitati nella performance, i genitori sono di corsa e i momenti di festa sono assorbiti e consumati in superficie, cerchiamo di creare momenti di quiete e rilassamento che favoriscono una crescita armoniosa e felice, una relazione tra genitori e figli armoniosa e uno spunto per vivere sia il quotidiano che le feste con una profondità di intenti che ridona senso alla vita.

## AMHRAN DUIT

Spirito, Arte, Cultura, Natura, CreaTiVità



Amhran Duit è un'associazione di promozione sociale. Il nostro obiettivo è creare e diffondere il benessere personale, sociale, umano, spirituale, culturale e ambientale basato sull'amore privo di giudizio, aspettativa e condizioni, sulla piena responsabilità di ciascuno, sulla solidarietà. Promuoviamo l'evoluzione della coscienza umana e il pieno raggiungimento della consapevolezza.

I rapporti capaci di educare e far crescere le persone, di stimolarle nel rispetto del senso di fratellanza, condivisione ed aiuto reciproco sono i fondamenti del nostro operare.

“Amhran Duit” è un posto speciale, dove sentirsi a casa, in armonia tra persone che si riconoscono e desiderano condividere un cammino comune di crescita.

L'amore, l'ascolto, la gratitudine, l'abbondanza sono i pilastri di questa casa.  
(art 3 dello Statuto)

Informazioni e prenotazioni

[info@amhranduit.it](mailto:info@amhranduit.it)  
[www.amhranduit.it](http://www.amhranduit.it)

Telefono: 328.0584360

## AMHRAN DUIT

Spirito, Arte, Cultura, Natura, CreaTiVità

---

## ATTIVITA CON I BIMBI



*“È certo che nel mondo degli uomini nulla è necessario, tranne l'Amore”*

Goethe

### Seminari

#### **Semi di Cuore: Meditazione con genitori e bambini**

Seminario di meditazioni e creatività, come spazio nuovo per vivere e creare insieme armonia, benessere e divertimento in crescita nel gioco della vita.

Una giornata di allegria e tranquillità insieme per imparare esercizi e attività per stare bene nella quotidianità.

Dedicato a mamme, papà e figli.

#### **Il Giardino Segreto**

Le emozioni sono alla base della vita

Stage per bambini con attività di yoga bimbi, massaggio bimbi, meditazioni, fiaba nel bosco e laboratori nella natura.

In contemporanea per adulti e genitori introduzione a attività energetiche e di meditazione.

Un pomeriggio, ricco di gioia, creatività, emozioni, giochi, natura e armonia.



**In Valle Tanaro, Fraz. Pianchiosso, Priola (CN)**

#### **Stage per bimbi e genitori: In Cucina con G.A.T.T.O.**

Nuovo seminario, in cucina, per vivere e nutrirsi del momento della preparazione dei pasti e del mangiare con Gusto Amore Tatto Tempo Olfatto e insieme, genitori e figli.

### Proposte per le scuole

#### **Classi 1<sup>a</sup>, 2<sup>a</sup> e 3<sup>a</sup> primaria**

**Storie animate** rivolte al benessere dei bimbi: esperienze giocose introduttive alla meditazione, allo yoga bimbi, massaggi, esercizi di movimento e percorsi sensoriali per contatto con la natura e le emozioni.

Temi:

\*Pocahontas e lo spirito della Natura

\*I Troll e il contatto con le emozioni

\*Trilly e la scoperta dei talenti

Durata: circa 2 ore a storia

**Laboratori** con storia animata a capitoli, con esercizi in movimento, meditazioni, yoga bimbi, percorsi sensoriali per un contatto armonioso con il proprio sé, gli altri e gli elementi della natura.

Durata: 3 incontri da 1 ora ciascuno



*Le attività per i bimbi proposte da Amhran Duit spaziano tra seminari di meditazione, laboratori creativi, animazione nelle feste, massaggio, yoga, laboratori nelle scuole.*

*Al cuore di queste attività c'è il messaggio che desideriamo diffondere e fare crescere, un messaggio di gioia, di contatto con la natura e con le emozioni, di riscatto del sentire profondo e gioioso dei bimbi dando importanza allo spirito, all'anima, alla consapevolezza di sé.*

*La maggioranza delle attività sono proposte insieme bimbi-genitori e allievi- insegnanti: questa è una scelta per creare un mondo nuovo, uno spazio nuovo di attività e comunicazione tra **genitori e figli e insegnanti e allievi**, per trovarsi o ritrovarsi in armonia.*

### Proposte per le scuole

#### **Classi 4<sup>a</sup> e 5<sup>a</sup> primaria**

**Laboratori** di presentazione e sperimentazione della meditazione come pratica che favorisce la concentrazione, la capacità di presenza, la scoperta e fiducia in sé, il contatto con le emozioni, la relazione armoniosa e positiva in gruppo.



Durata: 3 incontri da 1 ora ciascuno

1° incontro: Contatto con sé stessi e comprensione dell'importanza di dedicare dei momenti di respiro e silenzio per stare meglio  
2° incontro: Riconoscimento e trasformazione delle emozioni, riconoscimento e valorizzazione delle proprie qualità e quelle degli altri  
3° incontro: Attivazione di relazioni amorevoli e positive con gli altri e in gruppo

*Il gruppo educazione è disponibile anche per momenti formativi e di accompagnamento a genitori e insegnanti e AnimAzione nelle feste*

**Dove: scuole in provincia di Cuneo e Torino**