



CBE

Colombo · Británico · Envigado

2025-2 CLUB

Deportivo, Artístico y Cultural



Las clases presenciales
comienzan el 07 de julio y
terminan el **08 de noviembre**

INSCRIPCIONES

Del 24 de junio
al 04 de julio

CONTACTO:

Tel : (604) 590 33 22 ext. 217

Clubextracurricular@cbe.edu.co

Cupos limitados

PROGRAMA DE PROFUNDIZACIÓN DE BIENESTAR

Fortalecemos el ser desde el arte, la expresión
y la diversión.

Con herramientas transformadoras enseñaremos
a gestionar las emociones y potenciar la identidad
desde temprana edad.

Abriremos inscripciones del 24
de junio al 4 de julio del 2025.

PROGRAMA DE PROFUNDIZACIÓN DE BIENESTAR



Inicia: 7 de julio

Inversión \$380.000 / mes

El desarrollo de habilidades es progresivo y se estructura de acuerdo con las edades de los estudiantes. Incluye tiempo de descanso y alimentación.

El servicio de alimentación CRES ofrece un plan de alimentación con un costo de \$280.000 mensuales.

Lunes a jueves: 1:30 a 3:45 p.m.

Viernes: 1:30 a 2:45 p.m.

clubextracurricular@cbe.edu.co

PRESENTACIÓN

Las emociones desempeñan un papel crucial en nuestras vidas, influyendo en nuestros pensamientos, comportamientos y bienestar general. Aprender a gestionar las emociones desde una edad temprana es esencial para un desarrollo saludable.

Si no desarrollamos estas habilidades durante la infancia, es probable que enfrentemos dificultades significativas en la adultez, tales como problemas en las relaciones interpersonales, bajo rendimiento académico y laboral, baja autoestima, ansiedad, y depresión, entre otras.

El programa se personaliza según las características y necesidades de cada grupo. Por ello, las primeras 10 semanas están planificadas previamente, mientras que las siguientes se ajustarán conforme el terapeuta vaya conociendo al grupo y sus particularidades.



OBJETIVO GENERAL

Nuestro objetivo es empoderar a los estudiantes con herramientas transformadoras a través del arte, que les permitan gestionar y expresar sus emociones de manera efectiva.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Ofrecer estrategias de acompañamiento que, a través del juego y el arte, permitan a los niños desarrollar la auto-observación empática, promoviendo el cuidado de sí mismos y de los demás.

Fomentar el reconocimiento y la expresión de las emociones, incentivando un profundo respeto por su propia identidad y por las relaciones con los demás.

Crear un espacio seguro y acogedor donde los niños puedan explorar y abordar una emoción específica en cada sesión, utilizando el arte como una herramienta poderosa para comprender y expresar sus sentimientos.

Este enfoque está cuidadosamente adaptado a las necesidades críticas de la primera infancia y se integra de manera armoniosa con los Objetivos de Desarrollo Interno (ODI). Al alinearnos con estas metas, garantizamos un desarrollo emocional y psicológico equilibrado, brindando a cada niño una base sólida para su bienestar futuro.



Tendremos como estrategia: **LAS ARTES EXPRESIVAS**

Las Artes Expresivas, son una disciplina del área de la salud mental, que nos ayuda a **reconocer y expresar** nuestras emociones y pensamientos a través de otros medios diferentes al verbal, involucrando diferentes formas de **arte** como principal herramienta.

BENEFICIO

- Desarrollo emocional
- Exploración de la identidad
- Fortalecimiento de la autoestima
- Desarrollo de la empatía
- Reconocimiento y gestión de las emociones Mejora de la motricidad fina y gruesa Desarrollo social
- Reducción del estrés y la ansiedad





¿QUÉ NOS DIFERENCIA?

1

Todas nuestras sesiones se centran en el uso de las Artes Expresivas.

- Artes plásticas
- Baile
- Teatro
- Música
- Meditación
- Escritura Expresiva
- Juego
entre otros





Cada programa se integra de manera cuidadosa con los Objetivos de Desarrollo Interno (ODI).

Conjunto de 23 habilidades que nos ayudan a crecer y a mejorar como personas, y que también nos permiten contribuir al desarrollo sostenible del mundo.

“Para cambiar el mundo, primero tenemos que cambiar nosotros mismos”.

Ser: Relación con nosotros mismos, con quiénes somos, qué queremos. Habilidades: valores, integridad y autenticidad.

Pensar: Nuestra capacidad de resolver problemas, de innovar. Habilidades: pensamiento crítico, pensamiento sistémico, pensamiento creativo y pensamiento futuro.

Relacionarse: Conectar con los demás y con el mundo. Habilidades: cuidado, empatía, comunicación, colaboración y liderazgo.

Colaborar: Capacidad de trabajar en equipo. Habilidades: cooperación, coordinación, negociación, resolución de conflictos y sinergia.

Actuar: Relacionada con la capacidad de influir y de generar impacto. Habilidades: movilización, influencia, innovación, emprendimiento e impacto.

3

Cada experiencia está adaptada a las características y necesidades de cada grupo.

- Etapa del desarrollo psicoemocional (edades)
- Características físicas y cognitivas
- Tiempos grupales e individuales
- Movimientos y cambios que vayan surgiendo dentro de cada proceso.





4

Todas las sesiones son planeadas y desarrolladas por profesionales en salud mental.

TEMÁTICAS

Desarrollaremos estas dos etapas durante el programa (semestral):

1

La primera etapa, denominada "Coloreándome", está diseñada para que cada niño explore y descubra las características físicas, sociales y familiares que los definen y los hacen únicos. A través de actividades que investigan desde su nombre hasta detalles como la cantidad de lunares, el color de sus ojos, y con quién de sus padres se identifican más, los niños fortalecerán su autoconocimiento y reafirmarán su identidad cultural. Este enfoque personalizado les permitirá conectarse profundamente con su origen y entorno, cultivando un sentido de pertenencia y autoestima.

Temáticas: *Mis orígenes, Mi mundo, Soy mi propio héroe, Mi identidad cultural*

2

El segundo momento, llamado "Cuidándome", se centrará en desarrollar estrategias de autocuidado basadas en el autoconocimiento adquirido en la primera etapa. Reconociendo que los niños experimentan emociones como la alegría, tristeza, frustración, y otras de manera única tanto corporal como cognitivamente, este momento aborda el cuidado integral del cuerpo, la mente, y el espíritu. El espíritu, entendido como ese fuego interior que nos conecta con nuestra esencia, con el cariño, y que nos permite ser imaginativos, amorosos, y cercanos.

Temáticas: *Felicidad, Miedo, Calma, Tristeza, Ira, Frustración, límites. Las demás se irá planeando según necesidades particulares de cada grupo.*

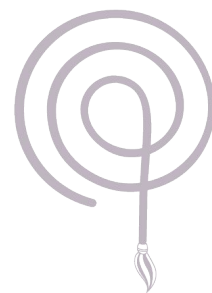
A close-up photograph of three young girls with long brown hair, focused on looking at a book or a set of photographs. The girl on the left is wearing a pink shirt with a white floral pattern. The girl in the middle is wearing a white t-shirt with a black cat face graphic. The girl on the right is wearing a white long-sleeved shirt with a green and white striped collar and the letters 'CBE' on the sleeve. They are all looking down at a book or a set of photographs that are open on a table. The background is slightly blurred, showing a green surface and some outdoor elements.

¿QUIÉN NOS ACOMPAÑA?

LIENZOTÚ

Un grupo interdisciplinario apasionado por la convergencia del arte y la psicología, como herramientas transformadoras y que promueven la salud mental y el bienestar.

Nos acompañarán profesionales en salud mental, expertos en crear experiencias únicas, que potencializan la expresión del ser a través de la auto observación, la coherencia con el pensamiento, la identificación de emociones y el reconocimiento del cuerpo. Así mismo, su interacción con el otro y con su entorno, contribuyendo a la salud mental y emocional tanto grupal como individual.



LIENZOTÚ



Colombo · Británico · Envigado