



Bienratar.org

Taller del Bienratar





Súmate al **Bientratar**



Somos Bientratar

Quienes somos

BIENTRATAR | verbo transitivo

«Dícese del acto de tratar con amor, respeto y consideración a una persona o a un animal y darle los cuidados que necesita.»

**Infinitivo BIENTRATAR | gerundio BIENTRATANDO
| participio BIENTRATADO**

La iniciativa BIENTRATAR está dirigida a las personas y entidades concienciadas con la importancia de trabajar por y para la paz con voluntad firme de reducir la existencia de procesos violentos.

Tuimos Violenciacero

Quienes éramos

Este proyecto en su origen era conocido como Violenciacero porque el objetivo es, a grandes rasgos, rechazar cualquier tipo de violencia y dar la bienvenida a los buenos tratos y el cuidado... por ese motivo le dimos la vuelta al “naming” y optamos por un mensaje positivo que nos defina con mayor precisión.

Son muchísimas las personas y entidades que trabajan activamente con objeto de minimizar la injusticia y la violencia en alguna de sus formas. Sumar fuerzas es clave por lo que desde aquí se hace una invitación para aliarse, visibilizar más lo que ya se está desarrollando y multiplicar la capacidad de acción.

“Reducir la violencia es una emergencia, fomentar el cuidado una prioridad”



Súmate al **Bientratar**

Taller del Bientratar

Más que un taller

Es una propuesta para generar conciencia transformadora sobre nuestra capacidad de cuidar. Es una oportunidad para disfrutar, reírse y descubrir nuestras propias capacidades para contribuir al cambio que queremos ver en el mundo. Es un encuentro que difícilmente olvidaremos porque conecta profundamente con el valor y la humanidad de las personas que participan y fortalece los vínculos grupales para un futuro en común. Es precisamente un taller especialmente poderoso para unir equipos y personas que tienen una historia y un futuro en común.

Me cuido
Te cuido
Cuidamos

Ayuntamiento SANTA LUCÍA

Violenciacro.org

Taller del Bientratar

Una nueva forma de experimentar y descubrir cómo relacionarnos de forma saludable, además de aprender herramientas para cuidarnos más, poner límites y respetarnos.
Un taller divertido, novedoso y gratuito al que asistir por individual, en pareja o en familia

MARTES 22
Marzo 2022
17:30h a 19:30h
Asociación de Vecinos "Camino de la Madera"

INSCRÍBETE AQUÍ

www.bientratar.org





Centro de Enseñanza
del Profesorado



Responsables de convivencia de
Centros Escolares de Telde



Personal del Programa Tenerife
Isla Solidaria



Personal de la Viceconsejería de Igualdad y
Diversidad del Gobierno de Canarias

Taller 5 estrellas



Después de cada taller invitamos a las personas que han participado a valorar con libertad su experiencia... y de forma constante recibimos la valoración más alta ;-)



Súmate al **Bientratar**



*Todas las
personas son
bienvenidas*

Taller del Bientratar

GRATUITO

Una nueva forma de experimentar y descubrir cómo relacionarnos de forma saludable, además de aprender herramientas para cuidarnos más, poner límites y respetarnos. Un taller divertido, novedoso y gratuito al que asistir por individual, en pareja o en familia.

- Duración: **2h**
- Grupos: **de 10 a 20 personas**
- Áforo Limitado: **Sí**
- Requiere Inscripción: **Sí**
- Calendario de Talleres: **<https://www.bientratar.org/talleres>**
- Inscripción: **Online**



Taller del Bientratar

PARA GRUPOS

Ponemos a tu disposición el Taller del Bientratar totalmente personalizado para parejas o grupos de trabajo con el fin de establecer una mejor convivencia. Se trata de un taller privado y único que tiene como objetivo el refuerzo de vínculos y la cohesión de equipos.

- Duración: **2h (normal) – 3-4h (profundización)**
- Formato: **presencial**
- Número de personas recomendadas: **15 a 20, también para parejas o familias.**
- Edades: **se puede adaptar para cualquier edad y edades mixtas.**
- Contactar: **info@bientratar.org**



Contenidos del Taller

Nos presentamos

Presentación de personas asistentes y sus relaciones con los cuidados. Las personas con las que convives te pueden sorprender.



Vamos a llevarnos bien

Acciones del bientratar y la violenciacero. Realidades ocultas de nuestras relaciones personales, familiares, laborales o escolares y de nuestros espacios de ocio



Poder y privilegios

El poder y los privilegios que puedo gestionar y disfrutar. Toma de conciencia sobre las posibilidades que tenemos y podemos agradecer y las oportunidades que nos ofrece para los cuidados.



Mirar hacia adelante

Cuidados, sostenibilidad y futuro. Toma de contacto con el reto del siglo XXI, el cuidado. Creación de alianzas y cultura de paz.



Cuidémonos

Cuidar a las personas y sentir que me cuidan. Aprender a escuchar al cuerpo y a conocer nuestros límites para ponerlos en valor. Trabajando la sensibilidad, capacidad indispensable para el cuidado.



Unión

Dinámicas de cohesión grupal para fortalecer los grupos y potenciar un futuro más saludable y motivante. Queremos ser felices en nuestros grupos.





Objetivos

¿Qué utilidad tienen?

La función principal de estos talleres es fomentar la cultura del cuidado y desnormalizar la violencia pasando un rato divertido y agradable.

Llevamos a cabo varias dinámicas que tratan de hacernos reflexionar sobre cómo nos relacionamos, tanto con la persona que somos como con nuestro entorno. El bientratar es un camino en dos sentidos: el del cuidado que recibimos y el que damos.

Estos talleres están diseñados para cualquier persona, amistades, familias, parejas, grupos de ocio o de trabajo y, en definitiva, para cualquiera que quiera conocer más acerca de la dinámica psicológica y social de las relaciones humanas.

Creamos un entorno seguro y cómodo para que cada persona se exprese y se sienta acogida y respetada, donde prime la empatía y la comprensión.

Uno de los ámbitos que nos interesa abordar especialmente es el de la infancia y la gente joven puesto que aún tienen la posibilidad de aprender a relacionarse de forma saludable y son la base de las generaciones venideras. Es un sector de la población que puede generar un cambio social muy trascendente.



Proyecto Premiado

Seguimos creciendo

El «Taller del Bientratar» es fruto del proyecto “Me cuido, Te cuido, Cuidamos” premiado en la Copa España Creativa como una de las iniciativas más prometedoras para el desarrollo social y humano del país.

+INFO www.bientratar.org/premio



Confían en Bientratar



Ayuntamiento de Telde
Participación ciudadana y voluntariado



Ayuntamiento
SANTA LUCÍA

Todo un honor

El equipo humano de Bientratar está muy orgulloso de los logros conseguidos y de las instituciones que han contado con el Taller de Bientratar pero sobre todo, de la proyección de crecimiento constante sumando cada día más entidades aliadas.

Versión 2.0

Súmate al
Bientratar