

EL MEU COS NO ENTÉN DE CÀNONS. TALLER D'AUTOESTIMA VERS EL PROPI COS

Els models de bellesa promoguts per la nostra societat a través dels mitjans de comunicació perjudiquen el desenvolupament de l'autoestima i l'autoconcepte dels i les nostres joves. Aquesta activitat té per objectiu fomentar el respecte i la cura del propi cos, promoure una actitud crítica respecte els estàndards publicitaris, ampliar el concepte d'atractiu físic i la construcció d'un estil i model de bellesa propi i personal.

OBJECTIUS:

Reflexionar sobre la pressió dels models estètics en l'adolescència.
Promoure una actitud crítica respecte els estàndards publicitaris.
Ampliar el concepte d'atractiu físic.
Potenciar la construcció d'un model de bellesa propi i personal.
Fomentar el respecte i la cura del propi cos valorant-lo més enllà de l'estètica.

CONTINGUTS:

Conceptes:
Influència externa sobre la nostra pròpia imatge.
Construcció d'ideals de bellesa que depenen de l'època i la cultura.
Publicitat sexista i indústria de la bellesa.
Rebuig del propi cos. Trastorns alimentaris (anorèxia i bulímia).
Autoestima i referents positius de cossos apoderats.

METODOLOGIA:

Utilitzem la tècnica del taller com a metodologia participativa per crear un espai educatiu d'intercanvi i aprenentatge col·lectiu. Les activitats del taller aniran a càrrec de dues educadores. Utilitzem suport audiovisual com a reforç de les dinàmiques proposades per tal d'analitzar els referents actuals dels i de les joves.

PERSONES DESTINATÀRIES: Joves entre 12 i 20 anys.

DURADA: 2 hores

EQUIPAMENT NECESSARI: Aula amb pissarra i ordinador amb canó, so i connexió a Internet.

Associació Candela
C/Vall d'Ordessa, 12 baixos
Barcelona
Tlf: 93 1797092
NIF: G63508410
info@candela.cat
www.candela.cat

Candela