

VIRADA EMOCIÓNS

II EDICIÓN

De abril a xullo de 2027

Unha das manobras máis importantes na náutica a vela é a virada, que consiste en cambiar de rumbo.

A virada ten varias formas de realizarse, xestionando as velas e a tripulación para aproveitar os ventos.

2027

VIRADA EMOCIÓNS

O Programa VIRADA Emocións está deseñado para cultivar e disfrutar da nosa conciencia emocional.

VIRADA Emocións pode axudarte a desenvolver unha maior conciencia das túas emocións.

Mediante unha combinación de traballo persoal e grupal, explorarás cómo as emocións inflúen na túa vida diaria, así como a convivir con elas.



DIRIXIDO A...

Este programa diríxese a persoas interesadas en explorar e profundizar nas súas emocións, persoas que acompañan a outras persoas tanto nos seus proxectos de vida como na súa traxectoria profesional.

-Persoas que acompañan a outras persoas ou que desenvolven o seu labor na intervención social.

-Persoas con persoas ao seu cargo, liderado de equipos, etc.

-Persoas con interese de explorar as emocións.



O número de prazas está limitado

Máximo de
25 participantes

Máximo de
3 persoas
por entidade

**ALGALIA resérvase o dereito de suspender
a edición do programa por razóns organizativas**

OBXECTIVOS

1. Recoñecer o valor do mundo emocional como unha parte integral da vida en comunidade.
2. Entender a relevancia das emocións na nosa vida e desenvolver unha maior conciencia delas.
3. Aprender a interpretar as emocións, tanto propias como alleas, e comprender o seu impacto.
4. Desenvolver a capacidade de autorregularse emocionalmente sen caer na desconexión ou a racionalización excesiva.
5. Aprender a influír na contorna:
 - Mellorar os vínculos e relacións mediante a empatía e a compasión.
 - Xerar contornos de seguridade psicolóxica e responsabilidade afectiva.
 - Establecer alianzas e contratos sociais con base ética.



CONTIDOS

COMPRENSIÓN

- Ciclo das emocións.
- Motivación e emoción ao servizo da acción.
- Necesidades e satisfactores.
- Emocións primarias e secundarias.
- Fundamentos biolóxicos da emoción.
- Reconstrución lingüística da emoción.

PROFUNDIZACIÓN

- Cultivando emocións interesantes e poderosas.
- Mergullando nas emocións sociais.
- Corporalidade e disposicións ao movemento.

INTERACCIÓN

- Conciencia social e ecoloxía emocional.
- Influencia en sistemas relacionais.

METODOLOGÍA

VIRADA Emociones combina momentos de reflexión con dinámicas vivenciales e outras técnicas activas. A aprendizaxe enfócase na persoa participante e na dinámica grupal creando unha contorna de aprendizaxe colaborativa e enriquecedora. Desta maneira emerxen as aprendizaxes significativas para todo o grupo e participantes.

A formación consta de diferentes espazos de aprendizaxe cunha duración total mínima estimada de 60 horas, distribuídas en aproximadamente 46 horas presenciais e 14 horas de traballo persoal e na comunidade de aprendizaxe.

Obradoiros vivenciales

Dous obradoiros de dúas xornadas de traballo en rexime residencial en Laías Caldaría (Ourense).

Obradoiros de contido sobre emocións

Dous obradoiros de 5 horas (de 10:00 a 15:00h) para pechar a aprendizaxe en Santiago de Compostela.

Tarefas de reflexión entre encontros

Tarefas con lecturas, profundización e reflexión persoal (opcional)

Xeración de comunidades de aprendizaxe

A reflexión persoal complementase coa reflexión dentro da comunidade de aprendizaxe autoxestionada. (opcional)

CALENDARIO 2027

Marzo							
	L	M	M	J	V	S	D
9	1	2	3	4	5	6	7
10	8	9	10	11	12	13	14
11	15	16	17	18	19	20	21
12	22	23	24	25	26	27	28
13	29	30	31				

Maio							
	L	M	M	J	V	S	D
17						1	2
18	3	4	5	6	7	8	9
19	10	11	12	13	14	15	16
20	17	18	19	20	21	22	23
21	24	25	26	27	28	29	30
22	31						

Xullo							
	L	M	M	J	V	S	D
26				1	2	3	4
27	5	6	7	8	9	10	11
28	12	13	14	15	16	17	18
29	19	20	21	22	23	24	25
30	26	27	28	29	30	31	

- 2 Festivo nacional
- 2 Festivo local/autonómico
- 2 Entroido
- 2 Semana Santa

Abril							
	L	M	M	J	V	S	D
13				1	2	3	4
14	5	6	7	8	9	10	11
15	12	13	14	15	16	17	18
16	19	20	21	22	23	24	25
17	26	27	28	29	30		

Xuño							
	L	M	M	J	V	S	D
22		1	2	3	4	5	6
23	7	8	9	10	11	12	13
24	14	15	16	17	18	19	20
25	21	22	23	24	25	26	27
26	28	29	30				

- Outdoor Caldaria Laias
- Obradoiro en Cidade da Cultura

EQUIPO VIRADA



www.edefundazioa.org

ANDER MIMENZA

É responsable de BIDERA (Liderado e Emprendizaxe Social) e desenvolve o seu labor na área de Organizacións e persoas profesionais de EDE Fundazioa acompañando procesos de fortalecemento organizacional. Compaxina este labor de coordinación e consultoría coa de coaching e facilitación de cursos: planificación estratéxica, comunicación e mercadotecnia, liderado, competencias conversacionais, perspectiva sistémica, etc. É investigador en cultura e desenvolvemento organizacional, e coach ontolóxico, sistémico e PNL.

ITZIAR GARAY

Desenvolve o seu labor na área de Organizacións e persoas profesionais de EDE Fundazioa acompañando procesos de fortalecemento organizacional. Facilita procesos de cambio persoal, de equipo e organizacional a través de metodoloxías de coaching (ontolóxico, sistémico, destreza emocional e PNL). É experta en sistemas de xestión de calidade. Acompaña aos equipos a través do Visual Thinking e é facilitadora gráfica de procesos organizacionais.



www.algalia.com

BEGOÑA SUÁREZ

É xerente da Asociación AMIPA dende 2009 e colaboradora de ALGALIA como coach desde 2018. Desenvolveu o seu labor profesional na administración local e como formadora en diversos cursos relacionados co ámbito xurídico e social, na administración local e en entidades non lucrativas. Licenciada en Dereito (USC), Máster en Dirección e Xestión de Centros, Recursos e Servizos para a Atención á Dependencia (USC), Máster en coaching de persoas e equipos (Mondragon Unibertsitatea) e Curso de experto en coaching de sistemas relacionais e de equipos (Mondragon Unibertsitatea).

PREZO

O prezo de inscrición por participante é de **1.241 €**.

A inscrición inclúe:

- 36 horas de obradoiros vivenciais en rexime de pensión completa (Encontros Outdoor) en Caldaria Laias.
- 2 obradoiros grupais de 5 horas na Cidade da Cultura (Santiago de Compostela).
- Aloxamento e comidas no lugar de celebración dos encontros Outdoor.
- Materiais de consulta en liña.
- Xestións para a bonificación ante a FUNDAE.
- Desconto do 50% para o segundo participante da mesma entidade e dun 70% para o terceiro.
- Este programa é bonificable pola Fundación Estatal para a Formación e o Emprego. O importe bonificable será calculado especificamente para cada participante durante o proceso de inscrición.

Fundación Estatal
PARA LA FORMACIÓN EN EL EMPLEO



Inscrición

Prazo máximo de inscrición

- Xoves, 18 de marzo de 2027.
- O formulario de inscrición está disponible en www.algalia.com.

Número de prazas

- O número de prazas está limitado a un máximo de 25.
- ALGALIA resérvase o dereito de suspender a edición do programa por razóns organizativas.

Requisitos

- Non poderán participar máis de tres persoas da mesma entidade ou empresa, agás excepcións que se estudiarán en particular.

Criterios de selección

- Teráse en conta o número de participantes dunha mesma organización.
- Teráse en conta a orde de inscrición.
- Unha vez realizada a inscrición, o responsable do Programa VIRADA Emociones manterá unha entrevista persoal, virtual ou telefónica, coa persoa candidata.

Responsable do Programa

Miguel Barbosa

637 48 24 84

miguel.barbosa@algalia.com