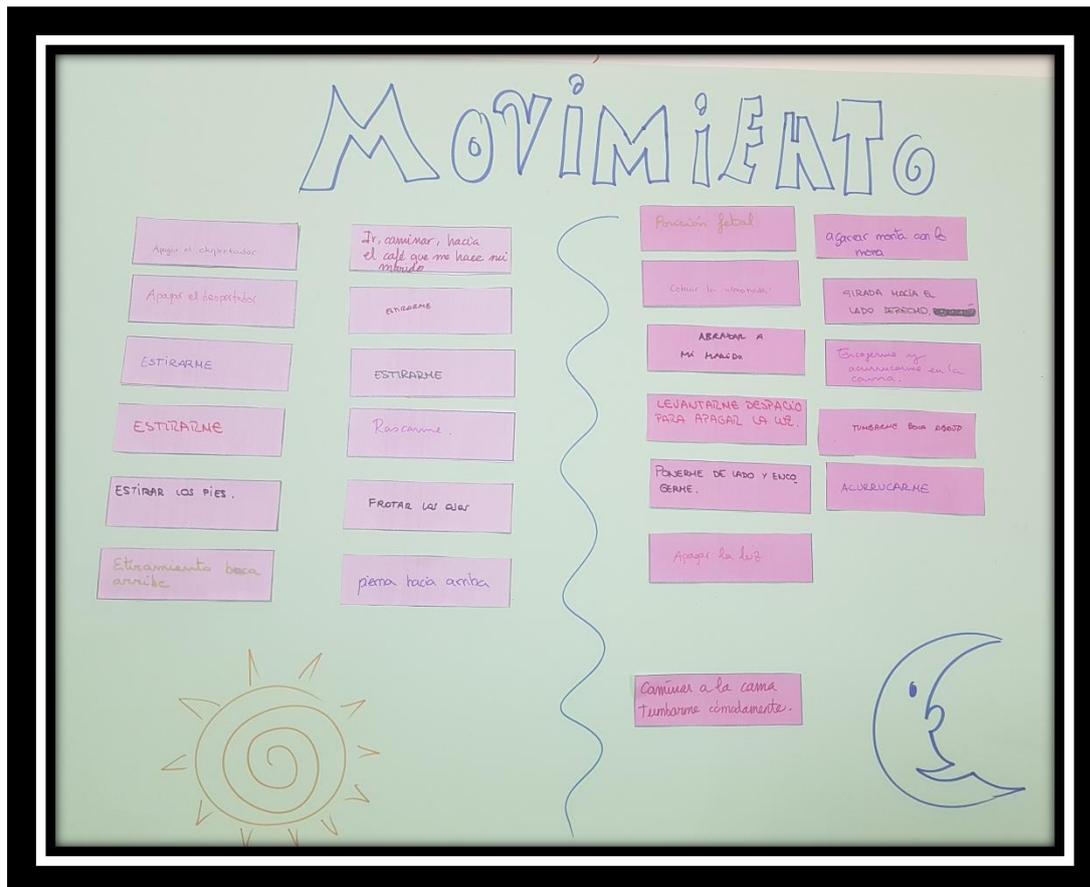


PANELES RECORDATORIOS

Durante algunas de las sesiones, hemos elaborado algunos murales y paneles recordatorios sobre algunos temas, así por ejemplo creamos entre todas un panel sobre los movimientos, otro sobre la emoción y otro sobre el pensamiento de primera hora de la mañana y de última hora de la noche. Lo que dio pie a hablar sobre esos temas, así como visualizarlo mucho mejor en este formato y darnos cuenta del proceso que vamos siguiendo cada una de nosotras.



Cada una de nosotras debió hacerse consciente de esto en su propia piel...



De este modo también elaboramos un panel entre todas, a modo de evaluación interna a mitad del curso. En él plasmamos que era lo más importante que estábamos aprendiendo, y para que nos estaba sirviendo este curso.

