Esencia Desconect@

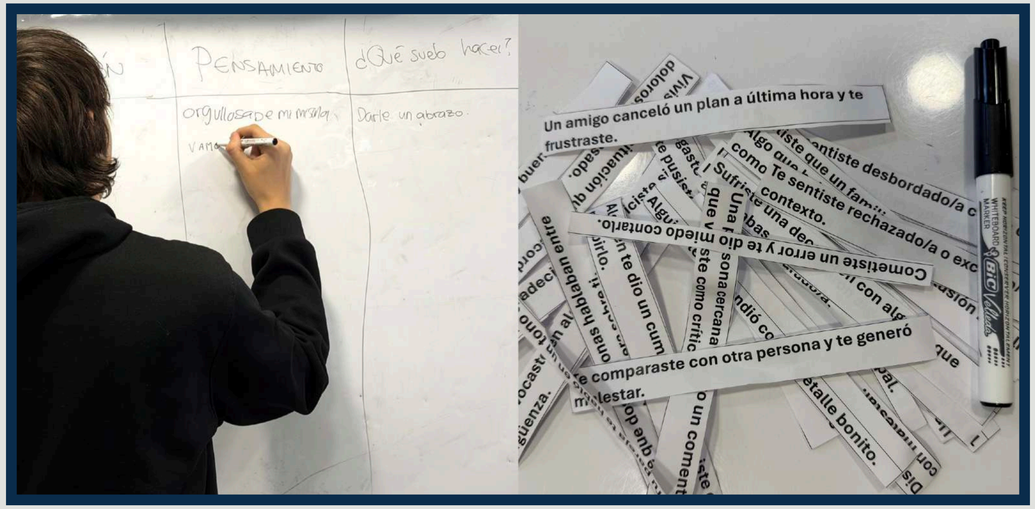
Dónde la educación y el bienestar van de la mano



CULTURA. El grupo de 1º de Bachillerato de Desconect@ Barcelona ha disfrutado esta semana de una salida cultural al Teatre Nacional de Catalunya para ver *Corona d'Espines*, una experiencia que ha supuesto un merecido respiro tras los exámenes. Además, el alumnado ha comenzado a preparar el centro con mucha ilusión de cara a las próximas semanas, dando los primeros pasos de la esperada función de Navidad, que llegará para cerrar el trimestre con un toque especial y lleno de magia.



ILUMINAMOS TECNOLOGÍA. Los alumnos de 1º y 2º de ESO de Desconect@ Madrid han construido esta semana su propia casita de Peppa Pig, un proyecto creativo en el que ellos mismos han diseñado cada detalle. Gracias a un pequeño circuito eléctrico que han aprendido a montar ¡las casas tienen luz! Una actividad divertida y práctica que combina imaginación y tecnología.





REACCIÓN CON CONCIENCIA. Dinámica centrada en aprender a detenernos antes de reaccionar. A través de situaciones cotidianas, cada adolescente explora qué siente, qué piensa automáticamente y cómo suele responder, para descubrir después qué otras alternativas más saludables puede elegir. El objetivo es que se conviertan en arquitectos de sus propias respuestas, actuando de forma más consciente, coherente y alineada con lo que necesitan.

DIVERSIÓN. Los alumnos de Bachillerato Málaga, disfrutaron de una salida a la bolera y al centro de la ciudad. La jornada se convirtió en una experiencia muy positiva para todos. En la bolera compartieron risas, retos y momentos de convivencia que fortalecieron el compañerismo. Más tarde, dieron un paseo por el centro de Málaga, donde pudieron relajarse, conversar y disfrutar de un entorno distinto al del día a día.

Australia prohíbe las redes sociales a menores de 16 años. Primer país democrático en vetar el acceso a redes sociales para menores de 16 años. Las plataformas deberán verificar la edad de sus usuarios y cerrar las cuentas que no cumplan el requisito. La medida busca proteger la salud mental y la seguridad online de los jóvenes, y ya está generando un debate internacional sobre el uso temprano de la tecnología.

Desconect@ te recomienda…

"Abrazando tu ansiedad"
Teresa Rodríguez | TEDxAmador

Click aquí para reproducirlo

Reto familiar digital…

"El intercambio"

Durante 3 días, dedicad **15 minutos al final del día** a que cada miembro de la familia comparta una cosa buena que le ha pasado y una cosa por la que quiere dar las gracias.

La regla es escuchar sin interrumpir y sin juzgar.