

[Sortides](#)

## **Sortides: Visita al centre Budista Tibetà de Manresa**

Enviada per mborras el 27/Mai/2012 - 19:56

Els dies 16 i 25 de maig, l'alumnat de 4rt ESO D i el de Psicologia de 1r de Batxillerat, han fet una visita al Centre Budista Tibetà de Manresa. Allà l'Antonio, en Roure i la Núria ens han explicat els beneficis de la pràctica de la meditació en la nostra vida diària. També hem pogut practicar una sessió de meditació.

Des del seminari de Psicopedagogia tenim engegat un Projecte per treballar l'atenció plena amb l'alumnat. Cada vegada està més demostrat científicament la importància de la meditació en l'aprenentatge escolar.