

CAMPUS PRESENTE

Programa integral de Bienestar y Educación Emocional

HOY LA ESCUELA NO SOLO ENSEÑA CONTENIDOS.

También sostiene **atención, emociones y vínculos.**

- ▶ Niñas, niños y adolescentes **necesitan recursos de calma y autorregulación**, y un vínculo más saludable con su cuerpo.
- ▶ En secundaria crece el **estrés, la ansiedad y la presión de rendimiento.**
- ▶ La tecnología impacta en el cuerpo y la mente: el desafío es cuidar **la atención, el descanso, el juego** y recuperar **el encuentro cara a cara.**

61%

El 61% de los adolescentes (13–17) dice sentir estrés por la presión de sacar buenas notas, y la escuela aparece como el principal foco de presión por encima de lo social o la imagen.

Fuente: Pew Research Center



Implementemos una **mejora real** en tu institución:
menos estrés, más foco, mejores resultados.

CUANDO LA PRESENCIA SE ENTRENA, **CAMBIA TODO:**

- ▶ Mejor **clima** en el aula
y **convivencia**
- ▶ Más **autorregulación** emocional
- ▶ Más **atención disponible**
para aprender
- ▶ Más **bienestar** en
docentes y estudiantes

Calma, claridad y conexión como base para el aprendizaje.

avealma®
WELLNESS



PROGRAMA INTEGRAL DE BIENESTAR Y EDUCACIÓN EMOCIONAL

PARA INSTITUCIONES EDUCATIVAS.

Un programa modular *que incluye:*

- ▶ Yoga + juego corporal
(adaptado por edad con recursos por módulo para aula y continuidad)
- ▶ Respiración, atención plena y visualización
(prácticas breves)
- ▶ Relatos inmersivos con música original
(emociones cotidianas)
- ▶ Actividades creativas
(dibujos, símbolos, rituales)

entre otras actividades integrativas.

Tres módulos. Un mismo objetivo:
entrenar para lograr *menos reacción, más equilibrio*
y mejor convivencia sostenible en la comunidad educativa.

1

Inicial Primaria

Mover el Cuerpo,
Cuidar el Corazón.

Calma, autorregulación
y vínculo saludable con el
cuerpo.

Yoga + juego corporal
+ respiración + relatos
inmersivos + creatividad.

2

Secundaria

Presente en mi cuerpo,
claridad en mi mente.

Herramientas para el estrés,
la ansiedad y la presión:
regulación, claridad,
convivencia.

Movimiento consciente
+ respiración + prácticas
breves + dinámicas grupales.

3

Detox Digital Consciente

Modo Presente.

Tecnología sin demonizar:
criterio, hábitos y foco.

Cuidar la atención,
el descanso y los
vínculos cara a
cara.



La propuesta se integra
de forma orgánica al corazón
del proyecto pedagógico, potenciando
lo que la institución ya construye día a día.

Se diseña a medida, en diálogo con equipo directivo
y área de pedagogía/orientación, para responder
a la identidad y necesidades reales de cada escuela.

Antes de iniciar, se define:

- ▶ Objetivos específicos y alcance
- ▶ Adecuación por nivel y edad
- ▶ Formato y tiempos de trabajo
- ▶ Lineamientos de convivencia y cuidado

Formato: ciclos de 4 a 6 encuentros (semanales o quincenales).
*Incluye: material específico por módulo + línea de acompañamiento
para docentes y familias (según nivel).*

Nuestra experiencia al servicio de tu institución

Mariela y Martín combinan más de 25 años de experiencia en bienestar, creatividad y desarrollo humano. Dos caminos que, al integrarse, generan algo único. Desde la psicología, la neurociencia, el yoga, la meditación, el sound healing y la comunicación emocional; hasta el diseño de experiencias sensoriales a gran escala.

Hoy te acercan juntos una propuesta que transforma equipos desde adentro, con impacto real y humano.

LIC. MARIELA **SCHVARTZ**

Psicóloga, facilitadora de bienestar integral. Combina herramientas basadas en evidencia y prácticas contemplativas para sostener presencia y conexión en equipos, con protocolos de cuidado e indicadores simples de alto impacto.



MARTÍN **BLANCO**

Productor Creativo. Integra creatividad + bienestar para diseñar experiencias inmersivas y momentos de alto impacto. Diplomado en Bioneuroemoción y Certificado en Sound Vibration Work.





Una decisión institucional *con efecto real*

@avealma.wellness

www.avealmawellness.com