

Especialización Corporal Integrativa ECI 2022-2023 Mataró



PRESENTACIÓN

“El ciclo de la vida”

“En la vida pasamos constantemente por ciclos vitales similares a los ciclos que experimentamos en nuestro desarrollo psicomotriz. Según cómo vivimos cada una de las fases de dicho desarrollo, nuestro Cuerpo, Emoción y Alma se han dirigido o estancado en un sentido o en otro, y por tanto nuestras vidas también” Este es el hilo conductor que tejerá nuestra formación. Especialización Corporal Integrativa nace de nuestra propia síntesis de equipo y experiencia formativa realizada durante los últimos 14 años, dentro del enfoque gestáltico del trabajo corporal. Desde nuestro estilo propio, Institut Integratiu, toma el enfoque integrativo de nuestro Maestro Claudio Naranjo: Un sistema de autoconocimiento y transformación que integra todos los aspectos del ser humano: mental, emocional, corporal, energético y espiritual. Esta formación, de un año de duración y dividida en ocho módulos de fin de semana y un stage residencial de Viernes tarde a Domingo, es un proceso de transformación personal a través del cuerpo y de nuestra propia experiencia biográfica, hacia el encuentro con nuestra esencia.

En este proceso experimentarás en tí mismo y de manera integrativa, el inicio, el tránsito y el final de todo un ciclo, dotándolo de técnicas, herramientas y acompañamiento individual y grupal, para un funcionamiento sanador. Todo este viaje y sus técnicas las podrás aplicar en tu día a día a nivel personal y/o en tu forma de acompañar a otras personas en el caso de que te dediques a la relación de ayuda.

OBJETIVOS • Descubrir y Experimentar corporalmente, todo un ciclo vital. Desde ahí tener la posibilidad de observar los bloqueos y las dificultades aprendidos en nuestro propio desarrollo psicomotriz. y poder expresarlos. Incorporar nuevos patrones y recursos desde el adulto. • Entrenar al alumno/a en conocer y reconocer mejor el cuerpo, su estructura y su funcionamiento tanto físico como energético y experimentar cómo la emoción se relaciona con ambos aspectos. Estructura, energía, psique y emoción son los

tres aspectos relacionados en cada uno de nosotros/as y lo vamos a experimentar en primera persona. • Conectar y recuperar la conexión con tu Ser desde el trabajo de los 3 Centros/ 3 Cerebros/3 Amores, creado por Claudio Naranjo.

- Descubrir cómo el cuerpo muestra aspectos e información de la persona a la que no es posible llegar a través de otros canales. “El cuerpo no miente” y aprender este lenguaje corporal es una herramienta muy útil para el trabajo terapéutico.
- Utilizar los propios recursos desarrollados durante momentos de “sombra” para llevarlos a la luz y así darle un sentido a todas las fases del recorrido personal. Aprender también recursos para utilizar esa información en nuestras propias vidas y poder llevarla al día a día (personal, familiar, laboral,...)
- Conectar con el cuerpo y el Autocuidado, darle el espacio que se merece, habitarlo, reconocerlo, revisar nuestra forma de cuidarlo y agradecerle su constante labor.
- Descubrir y familiarizarse con herramientas prácticas de actuación con uno mismo y en las situaciones de la relación de ayuda. Autoconocimiento y acto terapéutico.
- Desarrollar y profundizar en la capacidad de facilitar grupos aprendiendo herramientas de trabajo corporal, movimiento, usos de la música y gestión de los procesos grupales.

DESTINATARIOS Personas interesadas en realizar un trabajo corporal y en el autoconocimiento como proceso personal de transformación.

Terapeutas o profesionales de la relación de ayuda que quieran completar su formación con una especialización en Trabajo Corporal Integrativo, formadores, profesionales de la salud, facilitadores de grupos, educadores, trabajadores sociales, comunicadores, artistas,..etc.

Facilitadores de grupos que quieran profundizar en técnicas corporales, autoconocimiento y el trabajo grupal integrativo. **PROGRAMA** Nuestro programa seguirá un hilo conductor centrado en las fases de la evolución psicomotriz y madurativa del organismo, que se inicia con nuestra llegada al mundo o incluso antes (ya en el vientre de la madre) y que finaliza sobre los 7-8 años de edad, aproximadamente.

Durante este viaje trabajaremos de manera integrativa, el inicio, el tránsito y el final de todo un ciclo, dotándolo de técnicas, herramientas y acompañamiento individual y grupal, para conseguir un funcionamiento orgánico, sanador y ecológico para la persona.

Observaremos la propia manera de funcionar con dicho ciclo (el cuál se va repitiendo en nuestras vidas cada vez que iniciamos o acabamos algo) y exploraremos la manera de armonizarnos con él para usar su latido vital e ir con él de la mano. Esta formación contiene una estructura teórica y vivencial, orientada a la comprensión de la biografía corporal y a la integración de los contenidos emocionales, rescatándolos de la sombra y llevándolos a la luz. Indaga en una relación íntima con el cuerpo, con tu niñ@ interior, descubriendo las sensaciones y experiencias que te llevaron a ser quien eres, desde el autoconocimiento, el juego y el disfrute, acompañado del equipo de formadores de trabajo corporal del Institut Integratiu, que compartirán contigo su enfoque y técnicas en cada fase.

1- INTRODUCCIÓN AL TRABAJO CORPORAL INTEGRATIVO En este módulo trabajaremos la conexión con el cuerpo, la experiencia del “aquí y ahora” a través de éste y desarrollaremos la capacidad de conexión y expresión corporal, como camino de autoconocimiento. Al mismo tiempo utilizaremos la dinámica corporal como vía de presentación y cohesión del grupo.

- TEORÍA Y BASES DE GESTALT
- DIFERENCIA ESTILO ORGÁNICO / SISTEMÁTICO
- CREACIÓN DEL VÍNCULO GRUPAL
- INTEGRACIÓN

2- FASE 1: EXISTENCIA Y ARRAIGO, LA AVENTURA DE LLEGAR A LA VIDA. En esta primera fase del ciclo de desarrollo psicomotriz, exploraremos los primeros momentos de vida, contactando con el impulso cósmico que nos trajo a ser concebidos y nacidos. Un trabajo con la sutileza de este proceso sensorial del inicio, la conexión con la Esencia desde el universo de los sentidos. Un trabajo simbólico de la mano de visualizaciones, respiración, lenguaje metafórico y enfoque sistémico para entender de dónde venimos y la

conexión espiritual.

- EXISTENCIA
- RESPIRACIÓN
- ARRAIGO
- CONCIENCIA CORPORAL
- DARME CUENTA

3- FASE 2 : SATISFACCIÓN , CONTACTO Y RETIRADA En esta segunda fase, seguimos nuestro viaje profundo sobre algo tan universal como la Oralidad. La forma en que sentimos, nos energizamos y conseguimos (o no) nuestras necesidades tiene una relación directa con la satisfacción de éstas y con la capacidad de confianza en que la vida proveerá todo lo que necesitemos. Trabajaremos desde las necesidades básicas, el tacto y el contacto propio de dicha fase . Guiaremos a reconocer nuestra capacidad de autoescucha y la relación con la carencia, en dirección a la sanación de lo que faltó y el apaciguamiento de la búsqueda, buscando recursos para automatizar lo que no hubo.

- NECESIDADES BÁSICAS
- SATISFACCIÓN
- ORALIDAD
- ENERGETIZACIÓN
- LÍMITE CON EL EXTERIOR
- SENSIBILIDAD

- TACTO-CONTACTO
- DIFERENCIACIÓN

4- FASE 3 : AUTONOMÍA, ESTAR EN MÍ SIN PERDERME EN EL OTRO. SOMÁTICO-EMOCIONAL La tercera fase se basa en los primeros pasos que damos en este plano físico y son los que nos dan autonomía, tienen un sentido tanto literal como sistémico. La diferenciación del núcleo familiar, abordando hasta qué punto me escucho o me confundo con el otro y conflujo con las necesidades de los demás. Estar en mi sin perderme en el otro y estar en el otro sin perderme en mi. Cerramos con esta fase una parte del ciclo en el que hemos revisado la ternura y las capacidades de autocuidado y de “ir para adentro”

- AUTONOMÍA
- SOMÁTICO-EMOCIÓN
- SISTEMA NERVIOSO AUTÓNOMO
- 4 EMOCIONES BÁSICAS

5- FASE PUENTE: DE DENTRO A FUERA. EXPRESIÓN Seguimos nuestro viaje biográfico Celebramos el proceso corporal ya adquirido y afianzamos el contacto con el mundo interior. Tomamos un impulso y nos preparamos para la exploración de nuestra salida al mundo y la relación que tenemos con él. Del mundo interior al mundo exterior.

- MOVIMIENTO CORPORAL
- COMUNICACIÓN y EXPRESIÓN
- SALIR AL MUNDO

6- FASE 4: INDEPENDENCIA. VOZ, SER Y EXPRESARSE, En esta 4ª fase exploraremos la independencia a través del trabajo con la Voz y la postura. Mediante la

expresión a través de la voz, la respiración y la postura del cuerpo, investigaremos nuestra forma de encontrar nuestro lugar, nuestra voz verdadera y nuestra salida al mundo, tomando mi lugar. Entregándome, moviéndome, exhibiendo mi cuerpo y su poder de acción infinita, tomando mi lugar, reconozco mi deseo, mi placer y mi curiosidad.

- EXPRESIÓN Y VOZ
- EXPRESIÓN A TRAVÉS DE LA VOZ
- RESPIRACIÓN
- POSTURA
- ENTREGA

7- FASE 5: PIEL Y ENTREGA. En esta última fase del ciclo, trabajaremos la Entrega. Conectaremos con la sensibilidad del contacto y la capacidad de entrega tanto en el dar como en el recibir. Conquistando la piel como contenedor de uno mismo y relación con el otro, despertando la escucha y la conciencia del cuerpo desde la sensualidad y el imaginario amoroso del infante, que en esta fase encuentra al fin su espacio amoroso con la parte tierna y la parte agresiva.

- LO TRANSPERSONAL
- ENTREGA Y CONFIANZA
- INTUICIÓN

8- FASE 5: LATIDOS, LA MÚSICA DEL ALMA. Acabaremos de explorar La Entrega a través de la música. Sentiremos las formas de entender la música como conexión entre cuerpo y esencia, utilizando el movimiento como vehículo hacia estados sutiles de conciencia y percepción. En la parte teórica conoceremos las bases para el uso de la música como una herramienta terapéutica, cómo escucharla con el cuerpo y

aprenderemos diferentes formas de clasificarla y gestionarla

a nivel técnico.

- LA MÚSICA COMO TÉCNICA PROYECTIVA
- CONECTANDO CUERPO Y ESENCIA
- CREANDO OLAS CON 5 RITMOS
- CONCEPTOS TÉCNICOS BÁSICOS
- GESTIÓN Y CLASIFICACIÓN MUSICAL

9- CIERRE DEL CICLO : RETORNO A LA DIMENSIÓN CÓSMICA. STAGE

RESIDENCIAL El propósito de este módulo es cerrar el ciclo que iniciamos en esta formación y volver a conectar con nuestra esencia. Después de haber realizado un proceso corporal y de autoconocimiento transformador, nos colocamos en la vida de una nueva forma: habiendo revisado los aspectos de nuestra personalidad corporal y convertido nuestra sombra en herramientas útiles y novedosas. También podremos compartir y anclar lo que hemos aprendido en relación a la gestión de grupos y técnicas adquiridas, con una estructura de prácticas grupales supervisadas.

- INTEGRACIÓN
- PRÁCTICAS GRUPALES
- ENCONTRAR PROPIO ESTILO
- DESPEDIDA Y CIERRE

METODOLOGÍA Aplicamos un enfoque metodológico en consonancia con el espíritu Gestáltico y Vivencial de nuestro centro de origen, el Institut Integratiu. Con un refuerzo aún mayor en el trabajo corporal por la naturaleza de esta especialización. En esta formación vivimos en primera persona las técnicas y herramientas que proponemos como programa. El cuerpo se lleva impresos los aprendizajes hacia el autoconocimiento, al mismo tiempo que aprende nuevas formas de funcionar que se adhieren para siempre. Abordamos los tres instintos del ser humano, equilibrando los trabajos entre lo individual, lo vincular y lo grupal, ofreciendo un trabajo equilibrado y armonizador para cualquier tipo de carácter o personalidad. A la vez que integramos en todos los módulos el trabajo de los 3 Centros/ 3 Cerebros,/3 Amores desarrollado por Claudio Naranjo. Hemos adoptado una base teórica y estructural sobre el desarrollo psicomotriz y las fases de la infancia hasta el momento de la formación del carácter. Durante el curso dibujamos una experiencia evolutiva de fondo sobre el proceso de habitar el cuerpo y descubrir la propia biografía corporal, desde el inicio hasta la actualidad, haciendo un viaje reparador de aquello que faltó o que nos hirió, generando nuestros mecanismos de defensa, que revisamos y re-colocamos de una forma orgánica aportando recursos de sostén. Proporcionar luz sobre los territorios aún sin conocer de uno mismo y convertir lo desconocido de cada uno en las mejores herramientas al servicio de la vida. Con esta base teórica de fondo, cada formador aborda el trabajo desde su propio enfoque, utilizando sus herramientas y recursos, compartiéndolos con los alumnos y ofreciéndoles la posibilidad de que se las hagan suyas. En este contacto con el formador se crea de manera orgánica una forma de entender estas técnicas que el alumno absorbe de forma natural por resonancia con la práctica en concreto.

INFORMACIÓN PRÁCTICA

Modalidad Fines de Semana

8 Talleres de fin de semana más un Stage residencial. Sábados 10-14h y 16-20h: taller Domingos 10-14h: recogida, integración y prácticas por parejas. Algún taller incluye el viernes por la tarde, y se realizará conjuntamente con otros grupos. STAGE residencial:

viernes 18h - domingo 14h La formación consta de 8 módulos de fin de semana con una frecuencia mensual y un stage residencial de 3 días a fin de curso. Un total de 116 horas de formación. Durante la formación, los alumnos tienen derecho a 1 tutoría individual por persona. Alguno de los módulos se puede recuperar con otro de los grupos de Formación Corporal.

FECHAS 22 y 23 de octubre, 5 y 6 de noviembre, 10 y 11 de Diciembre de 2022. 14 y 15 de enero, 17, 18 y 19 de febrero (viernes de 19h a 22h), 4 y 5 de marzo, 1 y 2 de abril, 20 y 21 de mayo de 2023 Fecha Stage residencial: 30 de Junio, 1 y 2 de Julio de 2023

PRECIO 1210 € (se reparten en inscripción y mensualidades. El precio del stage no está incluido)

EQUIPO CORPORAL

TUTORA: Elisabet Tebar Muñoz Terapeuta Gestalt (Institut Integratiu 2013), Fisioterapeuta (EUIF Blanquerna 1998) Y Kinesióloga (Vidakine 2001). Postgraduada por la UB en Terapias Naturales. Formada en Danza Contemporánea (Release, Contact, ..) y en técnicas corporales (técnica base, RPG, Feldenkrais, movimiento expresivo, líneas miofasciales, Dedicada a la terapia individual, la formación(mundo sanitario, sociosanitario, educativo y terapéutico) y la facilitación de grupos desde el 2003. Constelaciones familiares con Bernardo Armas y Miguel Ángel Dóniz. En formación en el programa SAT de Psicoterapia Integrativa de Claudio Naranjo.

Eloísa Álvarez Centeno Psicóloga col. nº 6708. Formada en Psicoterapia Integrativa en el Programa SAT con Claudio Naranjo. Formación de cinco años en Análisis Bioenergético IIBA (International Institute for Bioenergetic Analysis). Didacta desde 1998 reconocida por la APIH (Asociación Psicoterapia Integradora Humanista), especializada en técnicas psico-corporales. Didacta por la APNLI (Asociación PNL Integrativa). Formadora en Constelaciones Familiares Integrativas. Psicoterapeuta de la FEAP.

Esther Burgos Terapeuta Gestalt, terapeuta corporal, actriz, bailarina, coreógrafa y formadora de formadores. 30 años coordinando y creando programas de toma de

conciencia para mujeres, formación para docentes, terapeutas y sanitarios, grupos vivenciales de creación, movimiento corporal, danzas orientales, bioenergética taoísta y estados de conciencia.

Víctor Orive Creador polifacético. Arte-terapeuta (Terapia Gestalt, Corporal e Integrativa). Coreógrafo (en danza, teatro, conciertos y cine). Formador, en diversos colectivos, en técnicas de Expresión y Creatividad para el Autoconocimiento a través del Movimiento Psico-corporal. Fue bailarín solista y ayudante dirección en Ballet Ullate/Cdad de Madrid. Colaborador del programa SAT (de Claudio Naranjo). Dirige Voarte (“Creciendo en y con el Arte”) y Voarte Latam (cooperación Latinoamérica). Una vida dedicada a la re-sensibilización del ser humano a través de la auto-experiencia, el arte y la reconexión con la Naturaleza (generando el método integrador conocido como “Danza Vivencial”).

Sílvia Roca Licenciada en Traducción e Interpretación con 20 años de experiencia como docente y tutora de adolescentes. Terapeuta Gestalt desde 2011, formada en l'Escola de l'Ésser. Formada en Mundo simbólico por Empar Fresquet. Facilitadora de grupos desde 2015. Consteladora familiar formada en el Institut Integratiu. Desde 2017 dirige el espacio terapéutico Aleph, en Mataró.

Lluc Navarro Cots Terapeuta Gestalt desde 2015 especialidad en cuerpo y movimiento. Formado en Etimología del Carácter y Psicoterapia integrativa por Estudio del Carácter, trabajo corporal integrativo (TCI) con Luis Carbajal, programa SAT de Claudio Naranjo, Clown Esencial con Alain Vigneau y Sexualidad con Anik Bilard. Deportista como temprana vocación, competición en Snowboard - Ski y formador de estas disciplinas. Director Artístico, programador musical y Dj, orientado al movimiento y Ecstatic Dance en la actualidad.

Kiko Solanas Terapeuta Gestalt, formado en psicoterapia integrativa en Programa SAT, Postgrados en Coaching, PNL y Constelaciones Familiares. Formación TCI y Cuerpo y Arte.

BECAS – COLABORACIÓN para formaciones

Es necesario una entrevista previa (por teléfono) con la coordinación del programa de becas. Puedes enviar un mail a: info@institut-integratiu.com con tus datos de contacto y tu disponibilidad horaria y así te contactarán para acordar la entrevista telefónica.

Las BECAS – COLABORACIÓN* son asignadas por porcentaje y puede llegar hasta el 50%. El porcentaje asignado se verá reflejado proporcionalmente en la disminución del precio de la formación en cuestión. El plazo para acceder y presentar la documentación para la beca para las formaciones empieza 2 meses antes de que inicie la formación (en la que estás interesado) y finaliza 48 horas antes de su inicio.

Si estás interesado/a en solicitar beca-colaboración pedimos algunos documentos para poder hacer la valoración (somos flexibles si algunos no pueden conseguir y existen varias alternativas de demostrar tu situación) :

1) Por razones económicas:

Última declaración de la Renta

Última nómina.

Si estás en paro: documento del SOC (actual) como solicitante de empleo y el importe que estás percibiendo.

Último recibo del alquiler del piso o hipoteca.

Certificado de convivencia

Recibos de: agua, luz, gas, teléfono, ...

Otros documentos.

2) Por razones familiares:

Carnet de familia monoparental o familia numerosa (si se da el caso).

Otros documentos.

3) Por razones de salud (tanto orgánico: grado de discapacidad, enfermedad.. / como emocional: depresión, ansiedad,...):

Informe médico o receta crónica (con la receta ya es suficiente).

Otros documentos.

¿Qué es una beca intercambio de colaboración libre y creativa?

Este tipo de becas se realiza a través de una colaboración libre y creativa, y será proporcional en tiempo y dedicación a lo que sientas que has recibido. Podrás colaborar (no en nuestra empresa, no necesitamos que nos devuelvas a nosotros) sino en GRAAS que es el Área Social de voluntariado que colabora con personas y entidades de obra social.

Será una colaboración de forma libre con lo que puedas y quieras aportar. La propuesta es que sea éste para ti un espacio de crecimiento y de mentoring (realizar algo que tú puedas disfrutar, aprender, poner en práctica y te sirva para creer en ti mismo/a y en tu misión).

Esta colaboración se hará de forma flexible cuando tengas disponibilidad de tiempo y a tu ritmo, y siempre con tareas/actividades de tu agrado que beneficien a personas del Área Social que lo necesiten. Es nuestro valor la colaboración creativa donde recibimos y damos al mundo, algo que se puede convertir a la vez en servicio y evolución personal; hemos observado muchas veces que este ponerse al Servicio marca la diferencia en los procesos personales de los alumnos/as que hacen que se evolucione exponencialmente.

BECAS DE TERAPIA INDIVIDUAL

El Institut Integratiu pone a disposición dos tipos de becas: Beca Social y Beca Alumno. Ambas compatibles

Siempre es necesario una entrevista previa (por teléfono) con la coordinación del programa de becas. Puedes enviar un mail a: pb.inetgratiu@gmail.com con tus datos de contacto y tu disponibilidad horaria y así te contactarán para acordar la entrevista telefónica.

Beca Social (no para alumnos/as):

La puede solicitar cualquier persona interesada y motivada en comenzar un proceso terapéutico, coaching u otras ayudas individuales

Se parte a determinados criterios y baremos de puntuación preestablecidos y sino eres alumno/a la beca social el precio te podrá quedar entre 55€ y 25€ la hora de terapia (dependerá de tus circunstancias personales y la documentación que lo acredite)

Los criterios que se tendrán presentes serán:

- Económicos: ingresos mensuales que dispone el solicitante o la unidad familiar y gastos de vivienda y otros
- Sociales: personas a cargo, apoyo social, etc.
- De salud emocional o física.

En la beca social, tras la entrevista telefónica, pediremos que nos envíes cierta documentación según sea el caso, como por ejemplo: declaración de la renta, nómina, demanda de ocupación, recibo de alquiler, libro de familia, etc. Estos datos serán tratados con la máxima discreción y confidencialidad, garantizando, en todo caso, la protección de los mismos y su carácter privado.

Beca de Alumno/a:

La puede solicitar cualquier alumno/a o ex-alumno/a del Institut Integratiu. Están avaladas por el Institut Integratiu para así poder completar las 80h requeridas por la AETG o sesiones de Coaching para ICF

Con la beca del alumno/a la tarifa se reduce a una horquilla de 45€/hora a 25€/hora

La puede solicitar cualquier alumno/a interesado/a

Se parte a determinados criterios y baremos de puntuación preestablecidos; dependerá de tus circunstancias personales y la documentación que lo acredite

Los criterios que se tendrán presentes serán:

Por el hecho de ser alumno/a ya se tienen puntos

Económicos: ingresos mensuales que dispone el solicitante o la unidad familiar y gastos de vivienda y otros

Sociales: personas a cargo, apoyo social, etc.

De salud emocional o física.

Otros.

En la beca social y de alumno/a, tras la entrevista telefónica, pediremos que nos envíes cierta documentación según sea el caso, como por ejemplo: declaración de la renta, nómina, demanda de ocupación, recibo de alquiler, libro de familia, etc. Estos datos serán tratados con la máxima discreción y confidencialidad, garantizando, en todo caso, la protección de los mismos y su carácter privado.

BECAS-COLABORACIÓN COVID para personas afectadas económicamente por el coronavirus

Es necesario una entrevista previa (por teléfono) con la coordinación del programa de becas. Puedes enviar un mail a: info@institut-integratiu.com con tus datos de contacto y tu disponibilidad horaria y así te contactarán para acordar la entrevista telefónica.

El Institut Integratiu pone al servicio las becas para personas afectadas por razones económicas del Coronavirus*.

En los casos en los que el alumno/a sea autónomo la documentación a presentar podrá ser algunas de las siguientes (somos flexibles si algunos no pueden conseguir y existen varias alternativas de demostrar tu situación) :

Documento de Cese de la actividad

Último recibo de autónomos abonado a la Seguridad Social

Última declaración de la Renta (completa; todas las páginas).

Último recibo del alquiler del piso o hipoteca (especificando si vives sola o compartes la vivienda -pareja, conocidos, compañeros de piso,...)

Último recibo de: agua, luz, gas, teléfono, ...

Excel con el libro de facturas (emitidas y recibidas)

Modelos del trimestre: 303, 130 y 111

Otras formas de acreditación

En los casos en los que el alumno/a sea trabajador por cuenta ajena y se haya visto afectado por un ERTE la documentación a presentar podrá ser algunas de las siguientes (somos flexibles si algunos no pueden conseguir y existen varias alternativas de demostrar tu situación):

Documento de comunicación por parte de la empresa que estás en un ERTE. (Documento Comunicación individual al trabajador afectado. FIRMADO por la empresa)

Documento del SOC conforme estás en un ERTE y el recibo/s con la cantidad abonada por esta prestación.

Última nómina recibida por parte de la empresa donde trabajas.

Última declaración de la Renta (completa, todas las páginas).

Último recibo de alquiler de piso o hipoteca (especificando si vives sola o compartes la vivienda -Parejas, conocidos, compañeros de piso, ...)

Último recibo de: agua, luz, gas, teléfono, ...

Otras formas de acreditación

¿QUÉ ES UN BECA DE COLABORACIÓN LIBRE Y CREATIVA?

Este tipo de becas se realiza a través de una colaboración libre y creativa, y será proporcional en tiempo y dedicación a lo que sientas que has recibido. Podrás colaborar (no en nuestra empresa, no necesitamos que nos devuelvas a nosotros) sino en GRAAS que es

el Área Social de voluntariado que colabora con personas y entidades de obra social.

Será una colaboración de forma libre con lo que puedas y quieras aportar. La propuesta es que sea éste para ti un espacio de crecimiento y de mentoring (realizar algo que tú puedas disfrutar, aprender, poner en práctica y te sirva para creer en ti mismo/a y en tu misión). Este intercambio se hará de forma flexible cuando tengas disponibilidad de tiempo y a tu ritmo, y siempre con tareas/actividades de tu agrado que beneficien a personas del Área Social que lo necesiten.

Es nuestro valor el intercambio creativo donde recibimos y damos al mundo, algo que se puede convertir a la vez en servicio y evolución personal; hemos observado muchas veces que este ponerse al Servicio marca la diferencia en los procesos personales de los alumnos/as que hacen que se evolucione exponencialmente.