**Acta 15º sesión**

Málaga a 26 de Abril de 2017, se reúnen los siguientes participantes:

Barranco Villanueva, Sarai

Bedmar Arroyo, Sergio

Benítez Sala, Sergio

Bermúdez González, Alonso

García Gómez, Montserrat

Hernández Sánchez, Guillermo

Jiménez Rodríguez, María

López Salas, Eugenia Sonia

López Sánchez, Leonor María

Luque Gil, Milagros

Márquez Pérez, Inmaculada

Pérez Ruiz, Francisco Javier

Romero López, Ana Belén

Salas Cobalea, Susana María

Velasco Fano, Aránzazu

Velasco Fano, Francisco Javier

Y como coordinador Antonio Lobato Rodríguez, para trabajar los siguientes temas:

* Formación con Igna Raquel.
* Propuesta para la siguiente sesión.

Se comienza con la presentación de dos libros: *El libro de las pequeñas revoluciones* de Elsa Punset y *Mindfulness para profesores*. Se habla de la importancia de establecer rutinas de respiración y se proponen dinámicas como “*El barco de la calma*”,…

Por otro lado también se trata el tema de la ansiedad en el profesorado y alumnado. Como actividad relacionada nos comprometemos a realizar el cuestionario de ansiedad docente y presentar los resultados durante la siguiente sesión.

También hablamos del desarrollo de la atención plena, la conciencia del momento presente y nos comprometemos a leer los cinco aspectos básicos de la atención plena.

En cuanto a la corporalidad, hablamos sobre la importancia de adoptar la postura corporal (imitar) a la hora de comprender en profundidad una persona. Se propone en relación a esto último las lecturas de *viaje por el cuerpo, scanner corporal,…*

Por último, se plantea la posibilidad de contar con otra colaboración externa, en este caso con una sesión de biodanza. La totalidad del grupo se muestra favorable.

En la siguiente sesión seguiremos con la formación de Raquel comentando el test y las lecturas.

Y sin más asuntos que tratar, se levanta sesión,

Coord. Formación

Antonio Lobato Rodríguez