EDUCALM

Programa para el **desarrollo**, **empoderamiento** y **bienestar** de la **comunidad educativa.**

Formaciones para ALUMNOS

- ESCUELAS
- UNIVERSIDADES
- ORGANIZACIONES

www.educalm.cat

¿QUÉ ES EDUCALM?

Es un programa transformador diseñado para el desarrollo, el empoderamiento y el bienestar de la comunidad educativa. Nuestro propósito es acompañar a los profesionales de la educación y a las familias en el desafío de formar personas más seguras, autónomas, responsables, con sentido crítico y comprometidas con su entorno.

Nacemos con el compromiso de construir espacios educativos y familiares más amables, promoviendo una visión transformadora que impacte tanto en las personas como en la sociedad. Apostamos por el desarrollo del bienestar personal y colectivo como pilar fundamental para el aprendizaje y la convivencia.

A través de formaciones de alto impacto, conferencias, cursos y sesiones personalizadas, **EDUCALM** ofrece metodologías prácticas, herramientas diagnósticas y recursos especializados para fortalecer la gestión emocional, la comunicación efectiva y el liderazgo educativo.

Con un enfoque vivencial, participativo e integrador, que se adapta a las necesidades de cada institución y equipo, **EDUCALM** promueve entornos de aprendizaje más equilibrados, respetuosos y eficaces.

Queremos que cada persona que forma parte de la comunidad educativa se sienta valorada, reconocida y protagonista del cambio. Porque solo juntos podemos construir **ESCUELA**, una escuela con propósito, centrada en el bienestar y el crecimiento de todos sus miembros.

Garantizamos:

- Experiencia profesional con **más de 35 años** en centros educativos y universidades.
- Análisis de **situaciones reales y casos prácticos** actuales.
- **Acompañamiento** pre y post formación.
- **Formaciones a medida**, según las necesidades específicas de tu centro u organización.

RESPALDO BASADO EN LA FORMACIÓN Y LA EXPERIENCIA

CARME BARTOMEU es la creadora del programa **EDUCALM**, madre de gemelos preuniversitarios, coach integral ACC, bióloga y educadora en Jesuïtes Educació – Sant Ignasi-Sarrià de Barcelona (España), donde imparte clases de matemáticas a alumnos de ESO desde hace casi cuatro décadas. Esta vasta experiencia le permite mantenerse conectada con la realidad y las necesidades de docentes, estudiantes y familias.

Durante 18 años, colaboró como autora de libros de texto de matemáticas con la editorial McGraw-Hill Interamericana. Está certificada en el Modelo Relacional Bridge® y Sikkhona® por el Instituto de Comunicación; en Disciplina Positiva para familias e infancia, y en Atención Plena (MBSR). Es miembro de la International Coaching Federation (ICF), la Positive Discipline Association (PDA) y la Asociación de Disciplina Positiva de España (ADPE).

Además, es autora del **libro Soy Capaz**, una obra que presenta cuatro relatos cortos e ilustrados inspirados en casos reales que ha vivido con sus estudiantes. Una publicación muy útil dirigida a tanto adolescentes mayores de 12 años como a sus educadores: docentes y familias.

EDUCALM surge de un proceso personal de transformación que la llevó a replantearse su estilo de vida y su enfoque para acompañar a los demás. Desde hace casi 10 años, comparte su experiencia como formadora en centros educativos mediante cursos, conferencias y sesiones personalizadas para un aprendizaje profundo, significativo y sostenible en el tiempo.

"Quiero compartir contigo las herramientas que me han ayudado a transformar mi vida y mi enfoque educativo".

Formaciones para
ALUMNOS

CONFERENCIAS Y TALLERES

MEJORA TUS RELACIONES Y COMUNICA MEJOR

Aprende cómo hacerlo con el Método Bridge®

Mediante las herramientas del Modelo diagnóstico relacional Bridge®, descubre tu estilo comunicativo e identifica el estilo de los demás: compañeros, profesores, familiares y amigos, para mejorar la comunicación y tus relaciones interpersonales y gestionar de forma efectiva los conflictos.

ATRÉVETE

Descubre técnicas para enfrentar exámenes y presentaciones con confianza

Incorpora herramientas para identificar qué hay debajo de los miedos e inseguridades que te tienen. Aprende a gestionar tus emociones y conseguir que no te impidan sacar partido a tus recursos como estudiante. Incorpora estrategias corporales para encontrar la calma y el empoderamiento que necesitas en estas situaciones.

EXPRESARTE

El arte de la oratoria para jóvenes

Desarrolla confianza en tu capacidad para comunicarte y expresarte de manera efectiva en público. Mejora tus habilidades de comunicación. Aprende herramientas y técnicas para mejorar tu comunicación verbal y no verbal, incluyendo la dicción, la postura, el contacto visual y el uso de gestos adecuados.

ACTIVA TU POTENCIAL

Estrategias de motivación y organización para aprovechar tus talentos

Encuentra tu propia motivación, aumenta su autoestima y autoconfianza, descubre qué inteligencias múltiples tienes más a mano y aprende estrategias personales de aprendizaje (meta aprendizaje) para sacar provecho de tus talentos y conseguir mejores resultados.

Formaciones para
ALUMNOS

CONFERENCIAS Y TALLERES

CLAVES PARA TRABAJAR EN EQUIPO

Fortalece tu confianza y tus habilidades de comunicación con el Método Sikkhona®

En esta conferencia descubrirás el Método Sikkhona®, una herramienta práctica para comprender mejor cómo funcionan los equipos. Aprenderás a identificar las etapas que atraviesan y a liderarlos con eficacia para fomentar un clima de confianza y colaboración, fundamentales para lograr buenos resultados.

Además, te llevarás herramientas concretas para fortalecer las relaciones con tus compañeros y crear un ambiente positivo, tanto en tu vida académica como en tu futuro profesional.

GESTIONA EL ESTRÉS Y LA ANSIEDAD

Cómo vivir con calma tu vida de estudiante

Descubre cómo identificar y gestionar tus "vampiros del tiempo", priorizar tus tareas y aumentar tu efectividad para reducir el estrés, especialmente durante la época de exámenes. A través de actividades basadas en el programa MBSR de Jon Kabat-Zinn, aprenderás técnicas prácticas y eficaces para mantener la calma y mejorar tu bienestar.

¿QUÉ (QUIÉN) QUIERO SER?

Descubre tus fortalezas y da el primer paso hacia el futuro que deseas

Aprende a reconocer tus talentos y fortalezas; qué te hace feliz y cuáles son tus valores. Identifica y modifica las creencias que tienes sobre ti mismo y que te limitan. Desarrolla habilidades para tomar decisiones y escoger tu futuro académico y profesional. Gestiona tu miedo a equivocarte.

EDUCALM

QUIÉNES HAN CONFIADO EN NOSOTROS

Highlands School Barcelona

UIC Barcelona

Universitat de Barcelona

esade

Centro Universitario Cardenal Cisneros

familia SAFA

Saint George's School

Pineda

CSFA

Col·legi Padre Damián Sagrados Corazones

Col·legi Reial Monestir de Santa Isabel

La Salle Catalunya

Escola Pia Sarrià-Calassanç

escola virolai

OAK House School Building futures

Gem Grup Escoles Mataró

Sagrat Cor Sarrià

institució les alzines

institució tarragona

Arturo Soria Colegio

EDUCALM

QUIÉNES HAN CONFIADO EN NOSOTROS

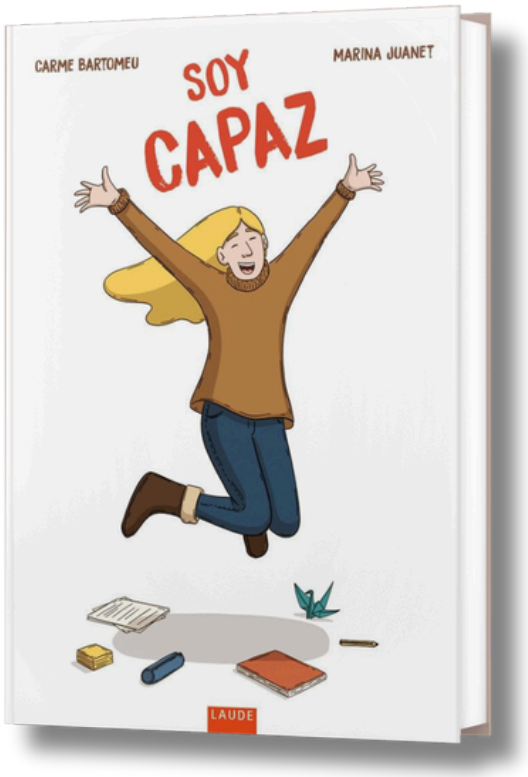
Sobre el libro

SOY CAPAZ

El libro **Soy capaz** es una compilación de cuatro relatos cortos e ilustrados inspirados en casos reales que la bióloga, coach integral y educadora, **CARME BARTOMEU**, ha experimentado con sus estudiantes en su trayectoria de casi tres décadas.

Cada historia contiene herramientas de coaching integral, mindfulness (atención plena) y programación neurolingüística (PNL), presentadas de forma sencilla e ilustradas. Los relatos proponen un trabajo en dos dimensiones: por un lado para tomar conciencia de lo que está sucediendo y, por otro, para aprender nuevas estrategias para superar la situación, sentirse bien y mejorar como persona.

Un libro muy útil para que los jóvenes aprendan a **gestionar las emociones**, identificar los **miedos**, modular los pensamientos que les hacen sufrir y aumentar su grado de **confianza** para lograr objetivos. Asimismo, ofrece herramientas a padres, madres y docentes para acompañar a los menores en su **crecimiento integral**.



Comprar

EDUCALM

FORMACIONES
A MEDIDA

RESULTADOS
GARANTIZADOS

AGENDA UNA REUNIÓN
PRESENCIAL O VIRTUAL
PARA MÁS INFORMACIÓN

¡CONTÁCTANOS!

COACH@CARMEBARTOMEU.COM

639 03 90 57

WWW.EDUCALM.CAT