**El Nacional, 17/05/21**

# Las jornadas emocionales sustituyen las colonias en una escuela de Cerdanya



.

La **escuela Alfons I de Puigcerdà** (Cerdanya) ha organizado unas jornadas emocionales para los más de 300 alumnos del centro. La actividad es una alternativa a las colonias que se hacían antes de la covid-19 y busca ayudar a los niños a **expresar y gestionar los sentimientos** que han vivido en los diferentes confinamientos, según informa la ACN.

El centro consideraba difícil organizar las colonias en el contexto de la pandemia, ya que no sabían qué padres accederían a dejar dormir a sus hijos fuera y tampoco tenían claro qué restricciones sanitarias estarían en vigor. Ante la incertidumbre la escuela ha optado por una actividad alternativa que les

permitiera apostar por la educación emocional, la cual quieren que tenga más peso de cara al próximo curso. "Hemos visto que los niños tenían la necesidad", ha declarado a la ACN Thaïs Figarola, jefa de estudios de la escuela Alfons I, quién ha asegurado que **los alumnos están emocionados** con la iniciativa y cuentan con el apoyo del AMPA y el Ayuntamiento de Puigcerdà.

Cada curso realizará dos sesiones donde trabajarán aspectos como la cohesión de grupo a través del juego y abriendo **espacios para la reflexión**. Sólo los alumnos de sexto pernoctarán un día en un refugio y los grupos de infantil celebrarán una única jornada.

## La educación emocional se instala en las aulas

Los diversos confinamientos han afectado a los niños y la educación emocional les permite aprender cómo afrontar esta experiencia. Durante las semanas en que los niños han estado cerrados en casa con sus familias han vivido "**mucha angustia y preocupación**", ha asegurado **Pep Esteve**, educador emocional de la Granja Escuela de Santa Maria de Palautordera (Vallès Oriental) y uno de los monitores de las jornadas. Esteve remarca la importancia de aprender a controlar las emociones y entender qué pasa.

"Es muy importante el **autoconocimiento de las emociones** y saber gestionarlas de una manera eficiente y eficaz", ha expuesto el educador y observación la importancia de aprender a controlar las emociones y entender qué pasa. Esteve considera que los niños tienen que tener herramientas para luchar contra el estrés, el miedo la tristeza y la frustración y destaca la importancia de hacer un **"vaciado" de los sentimientos** que la criatura tenga sin miedo a lo que dirán o pensarán los otros de ellos.

Otros centros educativos también han sustituido las colonias por jornadas alternativas, como es el caso de **la escuela La Valira de la Seu d'Urgell**, que tiene previsto organizar dos jornadas llenas de actividades a principios de junio.