

## **Montserrat Segarra Suana**

Mestra i logopeda amb esperit nòmada. El meu primer curs, acabada de sortir de la Universitat de Barcelona, em vaig estrenar com a docent amb un grup de 27 nens i nenes de dos anys. Allà vaig conèixer la Irene, una nena amb Síndrome de Down. Al costat d'ella i de la seva mare vaig descobrir la meva passió, l'estimulació de la comunicació, el llenguatge i la parla dins de l'entorn educatiu costat de famílies i docents. Vaig estudiar a l'Escola de Patologia de l'Hospital de la Santa Creu i Sant Pau i he continuat formant-me fins ara.

Des de l'any 1990 estic treballant com a logopeda itinerant en un CREDA (Centre de Recursos Educatius per a Deficients Auditius), servei educatiu del Departament d'Educació de Catalunya. Entrar a moltes escoles, moltes aules i moltes vides m'ha obert aquest camí d'aprendre en companyia per acompanyar les persones a créixer i ser feliços tenint en compte que tots tenim capacitats diverses.

He participat en diversos equips en la publicació de materials de text per a Educació Infantil i Primària amb Editorial Casals, Baula i Oxford University Press.

L'any 2010 les ganes de canvi em porten a sortir de la meva zona de confort i traslladar-me a Canadà amb tota la meva família. Viure la identitat d'emigrant, el repte del fred, el no domini ple de l'idioma i mirar els orígens des de tan lluny va ser una lliçó d'humilitat que em va transformar. Vaig treballar per Child Care Algoma que em va oferir la oportunitat de viure des de dins un altre sistema educatiu. Des d'allà vaig cursar un màster en Educació i TIC per la Universitat Oberta de Catalunya (UOC) i vaig publicar al costat d'unes bones amigues un material que destil·la tots els meus aprenentatges sobre audició i llenguatge, La Capsa dels Sons publicat per l'editorial Lebón. De tornada a casa i al meu lloc de treball, el Grup de la Perspectiva Educativa de Projectes de Treball (PEPT) m'acull, és el meu refugi i alimenta les meves ganes de seguir aprenent.

El 2014, vaig transitar per un període d'estrès davant la presència de malalties greus en persones molt properes i estimades i buscant on alleujar aquest sofriment és quan descobreixo el programa MBSR (Mindfulness Based Stress Reduction) a l'institut esMindfulness de Barcelona. Amb només 8 setmanes noto canvis en la meva vida i continuo explorant fent cursos de Mindfulness avançat i cursos de Compassió. Amb la pràctica diària veig que aquesta nova mirada complementa el meu fer docent, em nodreix i em fa feliç i sento que vull compartir-la als altres i especialment amb els infants i joves.

Continuo la meva formació a través d'un Títol Superior Universitari en Mindfulness i Gestió Emocional per l'Institut Europeu de Psicologia Positiva i em certifico en programes específics de Mindfulness i benestar per a nens: Programa Triple P-Positive Parenting Program de la Universitat de Queensland a Austràlia, Programa TREVA (Tècniques de Relaxació Vivencial

Aplicades a l'Aula) de la Universitat de Barcelona i Programa Still Quiet Place de la Dra. Amy Saltzman, fundadora i directora de l'associació Mindfulness in Education. Actualment compartint la il·lusió d'embarcar-nos en aquest projecte de Postgrau per a docents amb plenes ganes i molta curiositat.