

## Taller de RISOTerapia: ¿Estas preparad@ para ponerte divertid@!?

La risa nos invita a descubrirnos, nos aporta energía, alegría, confianza, entusiasmo y nos conecta con el niñ@ que tod@s llevamos dentro.

Reír es muy importante pues: reduce el estrés, genera menos tensión muscular, se envejece más tarde, mejora la circulación sanguínea, armoniza el sistema nervioso, activa la serotonina y las endorfinas (hormonas de la felicidad).

**Recetado para:** todas aquellas personas que quieren generar y compartir sentimientos positivos. Empresas que quieran mejorar su ambiente organizacional, promover la motivación de los colaboradores y la confianza en el equipo, además de mejorar la interacción entre las áreas de trabajo.

### Actividades:

- + marco teórico
- + juegos (RISOTerapia, ABRAZOTerapia, Brain Gym, Yoga de la Risa, ejercicios lúdicos)
- + meditación guiada
- + cotillón y deberes para hacer en casa ☺

**Docente:** Lic. Déborah C. Rivas Berastegui

Licenciada en Análisis de Sistemas de la Información, Analista de Sistemas y de Marketing. Ha trabajado en empresas de gran porte como docente, auditora, supervisora, consultora y coordinadora.

En lo personal, enfocada en técnicas orientadas a la expansión de la conciencia: RISOTerapia, Brain Gym, Geometría sagrada, KBLh, Genealogía, Decodificación de las enfermedades, Historia del arte, Mitología griega, Arte de Vivir, and so on...

Amante de la naturaleza y siempre risueña.

### Información:

Requisitos ninguno / Cupo limitado / Anotarse con anticipación / Se agradece puntualidad

<b>Fecha:</b> sábado 21 de noviembre de 2015	<b>Hora:</b> 15:00 hrs. (coffee break)	<b>Inversión:</b> \$ 400
	<b>Lugar:</b> <b>Escuela de Misterios</b>	
<b>Docente:</b> <b>Lic. Déborah Rivas</b>	<b>Teléfono celular 1:</b> 094 433 369	
<b>Teléfono celular:</b> 099 22 16 61	<b>Teléfono celular 2:</b> 094 511 119	
<b>E.mail:</b> debrivas@yahoo.com	<b>Zona:</b> Brazo Oriental	
	<b>Dirección:</b> Carabelas 2891. Esquina: Avenida General San Martín.	
	<b>E.mail:</b> ricardinorma@gmail.com	
	<b>E.mail:</b> normaricardi@yahoo.com.ar	
	<b>E.mail:</b> escolademisteriosuruguay@gmail.com	

