



TALLER

RISOTERAPIA

FECHAS

Jueves 18 Julio

HORARIO

16:30 a 20:00

DURACION

1 tarde

LUGAR

FERRERA - SIERO

MATRÍCULA

30 €

OBJETIVOS

- Fomentar el buen humor.
- Cambiar nuestra perspectiva y poder ver los problemas de manera más relajada.
- Aprender a reírse de uno/a mismo/a y con los demás.
- Disfrutar del presente.
- Fomentar la comunicación y el contacto físico.
- Potenciar el pensamiento y la actitud positiva
- Provocar la sonrisa, la risa y la carcajada sincera.
- Lograr un mayor grado de comunicación y socialización.

CONTENIDOS FORMATIVOS

- Introducción y enfoque de la sesión
- Calentamiento y desbloqueo
- Dinámicas y juegos
- Interiorización y relajación
- Evaluación y cierre

PABLO GARCÍA

www.elcasopablo.com

FORMADOR

Mi madre siempre me decía que quería que fuera feliz, mi padre dice que soy más retorcido que un cordel en bolso por las ocurrencias que puedo llegar a tener, mi hermana que fuera leal a mí mismo, mi hermano que tuviera actitud crítica y yo de pequeño quería ser un superhéroe y poder volar. Así que con ese batiburrillo no me quedaba otra que creer que se puede cambiar el mundo, y siempre con buen humor.



Soy animador sociocultural, formador y monitor de risoterapia con más de 12 años de experiencia con grupos, trabajando en proyectos sociales e impartiendo formación a mi particular manera.

No puedo volar, pero sí que sigo creyendo que se puede cambiar el mundo.