



**Ajuntament de Sallent,
Cabrianes i Cornet**



FORMACIÓ PRESENCIAL OCTUBRE 2021
DISSABTE 16 D'OCTUBRE D'11.30 h A 13:00 h
LLOC: ESPAI FÀBRICA VELLA

RISOTERÀPIA: IOGA DEL RIURE

**Una estratègia o tècnica psicoterapèutica que produeix
beneficis mentals i emocionals a través del riure.**

Vine a gaudir d'una estona agradable!

OBJECTIUS

- Aprendre a riure's d'un mateix i gaudir del riure en companyia.
- Alliberar-se dels prejudicis i saber improvisar solucions en situacions de conflicte.
- Alliberar tensions i estrés post-confinament.

NOTA: Cal portar estora.

El **formulari d'inscripció** el trobaràs a:
www.sallent.cat, www.elsalt.cat o a l'App Sallent.

Informa-te'n

T. 93 820 61 92
e-Mail: sll.promoeconomica@sallent.cat

 **Diputació
Barcelona**
xarxa de municipis



**Accés directe al
formulari d'inscripció**