



ACCADEMIA DELLA RISATA® - LAUGHTER ACADEMY®

Associazione di Promozione Sociale convenzionata con l'Università degli Studi di Urbino "Carlo Bo" e ASUR Marche - Azienda Sanitaria Unica Regionale – Area Vasta 1

Sede:

LAUGHTER YOGA ACADEMY®

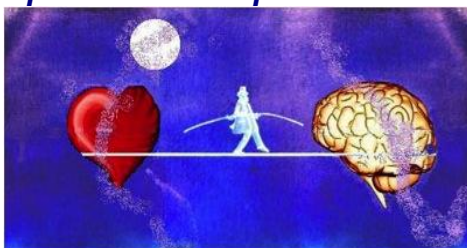
dal 2006 **Club della Risata** affiliato alla **Dr. Kataria School of Laughter Yoga**

ORGANIZZA

PSICO-TERAPIA DELLA FELICITÀ'

*Per-Corso Intensivo di Psicologia Positiva e Training di Terapia della Risata
Edizione 2013*

"Ridere combatte stress e paure e crea equilibrio e benessere tra cuore e mente"



Il Corso ti diplomerà

LEADER YOGA DELLA RISATA

**CERTIFICAZIONE INTERNAZIONALE CON DIPLOMA RILASCIATO DALLA
"LAUGHTER YOGA FOUNDATION DEL DR. MADAN KATARIA"**

Da sempre l'umanità è alla continua ricerca di quello stato emotivo di benessere chiamato **felicità**. Questo **Corso di Formazione per "Laughter Yoga Leader"** utilizza un **approccio psicoterapeutico innovativo** che, attraverso un **Per-Corso esperienziale**, accompagna la persona nell'esplorazione di sé rispettando i propri tempi e senza paura del rifiuto o delle critiche, alla ricerca della felicità interiore.

L'**obiettivo** è quello di trasmettere strategie efficaci per affrontare lo stress e le proprie paure e ansie quotidiane e in particolare di fornire, attraverso la Terapia della Risata, gli strumenti psicologici che aiutino a riacquistare la naturale capacità di ridere con se stessi e con gli altri (in famiglia, nella coppia, con gli amici, con i colleghi e in tanti altri contesti), al fine di migliorare la propria autostima e le proprie capacità relazionali e affettive.

La **CERTIFICAZIONE INTERNAZIONALE** di **LEADER YOGA DELLA RISATA** rilasciata al termine del percorso, ti **permetterà di aprire un Club della Risata nella tua città, di tenere sessioni di Yoga della Risata ad esempio in aziende, scuole, strutture socio-sanitarie, centri yoga e fitness, e di realizzare seminari pubblici sullo Yoga della Risata, ma, soprattutto, di migliorare numerosi aspetti della tua vita grazie ai benefici dello Yoga della Risata.**

Venerdì 18 - Sabato 19 - Domenica 20 OTTOBRE 2013

presso Hotel La Meridiana (Urbino – PU)

Docente e trainer del corso: Dr. Alessandro Bedini (Psicologo – Psicoterapeuta in Sessuologia Clinica **Laughter Yoga Leader & Teacher** Certificato Teacher direttamente dal Dr. Madan Kataria, Presidente dell'Accademia della Risata) in collaborazione con: **Daniela Storoni** (esperta enogastronomica di cibo e buonumore e Yoga Leader & Teacher) **Dott.ssa Federica Ugolini** (Psicologa del Lavoro e Yoga Leader) **Dott.ssa Nadia Bacchiocca** (Yoga Leader)

Per info e prenotazioni: accademiadellarisata@gmail.com cell. 349 7660950

Ristorante “La Meridiana” di Urbino

in collaborazione con

l'**Accademia della Risata**

organizza la

Cena del Buonumore Vegetariana

Sabato 19 Ottobre 2013 – ore 20.30

APERTA A TUTTI



Sapevate che il cibo ha la capacità di stimolare il buonumore?

E' ormai noto che il piacere del buon cibo e la convivialità allentano lo stress e favoriscono sensazioni positive, ma forse non tutti sanno che il buonumore può essere favorito anche da cibi che, per la loro composizione biochimica, stimolano il rilascio di sostanze capaci di aumentare il tono dell'umore.

In occasione del Corso di "Certificazione Internazionale Leader di Yoga della Risata" che si tiene a Urbino nelle giornate del 18 - 19 - 20 Ottobre 2013, presso l'Hotel "La Meridiana", si propone la "**Cena del Buonumore**" **aperta a tutti**, sia a quanti frequenteranno il Corso, sia a quanti vorranno provare questa golosa esperienza che vedrà coinvolti tutti i sensi in un clima assolutamente rilassante e divertente.

Lo Chef del ristorante "La Meridiana" con la guida dell'esperta enogastronomica dell'Accademia della Risata, Daniela Storoni, predisporranno un menù con ingredienti che per la loro composizione biochimica favoriscono il rilascio di sostanze capaci di aumentare il tono dell'umore.

In un clima divertente e familiare, allietato dagli Animatori della Risata, e condotto da esperti dell'Accademia della Risata, l'umore dei partecipanti verrà stimolato da conversazioni, giochi, yoga della risata, con lo scopo di allentare le tensioni e lo stress quotidiano.

Al cibo ci pensiamo noi, per l'abito fai come vuoi... ogni accessorio colorato e divertente renderà la serata ancor più coinvolgente.

Per prenotazioni: Hotel "La Meridiana" Via Urbinata 43 – Trasanni di Urbino (PU)
Tel. 0722 320169 e-mail: meridiana@la-meridiana.com

Per Informazioni e iscrizioni Corso e Cena del Buonumore:
Accademia della Risata: 349 7660950 (Alessandro) - 347 8354604 (Daniela)