

TALLER DE RISOTERÀPIA

Objectius

- Conèixer els mecanismes que intervenen en la rialla.
- Experimentar els beneficis físics i emocionals de riure.
- Viure la rialla com a element cohesionador i integrador, i provocador d'alegria i optimisme.
- Aprendre a alliberar tensions amb la rialla i a evitar carregar-ne de noves.

Metodologia

- Una part teòrica de 30 minuts, la primera sessió.
- La resta pràctica.

Perfil dels participants

- Adreçat a professionals de la salut

Continguts

Part teòrica:

- Què és la rialla?
- Diferències entre humor i rialles i entre somriure i riure.
- Beneficis físics i emocionals de les rialles.
- La rialla com a mecanisme alliberador de tensió.
- Què és la rialla apresada?
- Com i quan podem connectar-hi?
- Per què cohesionen tant?
- Comportament dels grups i equips en joc.

Part pràctica:

- Activitats i jocs que porten a la rialla:
Jocs de presentació, jocs de cooperació, jocs i activitats de potenciació dels sentits, activitats de relaxament, expressió corporal etc... amb músiques adequades i estratègies

Professora

Sra. Eulàlia Ferrandiz

- Risoterapeuta i coach de la rialla

Dates

- Dilluns 6 i 13 de novembre de 2017 de 16:00 a 20:00

Lloc

- Filial del Vallès Occidental de l'Acadèmia de Ciències Mèdiques i de la Salut de Catalunya i Balears.
Josep Renom, 17-21, Sabadell.

Inscripcions

- Es faran mitjançant la butlleta d'inscripció de la web clicant aquí:
<http://inscripcions.academia.cat/form.php?id=673>

Quotes Inscripcions

- | | |
|-----------------------|------|
| ▪ Socis | 56 € |
| ▪ No Socis | 80 € |
| ▪ Estudiants no socis | 64 € |
| ▪ TCAIS no socis | 64 € |
| ▪ Aturats | 64 € |

SECRETARIA DE LA FILIAL DEL VALLÈS OCCIDENTAL

Telèfon: 93 748 43 98

Correu electrònic i web:

vallesocci@academia.cat

www.academia.cat/voccidental



TALLER DE RISOTERÀPIA



Organitzat per:
Secció de Treball Social
Secció d'Infermeria
Secció de Psicologia



6 i 13 de novembre de 2017