

# E se la risata fosse una terapia?



Una sana risata è quello che ci vuole per sconfiggere la malinconia ed anche le malattie. Il buon umore contribuisce a mantenersi in salute.

I benefici delle risate sono tanti, sia dal punto di vista fisico che psicologico. Ridere della vita e delle situazioni anche fastidiose che possono capitare quotidianamente è il segreto per restare in salute e con la mente sempre attiva.

**Vi aspettiamo Domenica 10 Aprile dalle ore 10.00  
presso la Fondazione Un Passo Insieme  
Via Alpignano, 123/B, 10040 Val della Torre TO,  
**nello spazio esterno adibito all'evento.****

Programma:

10.00-10.15 Accoglienza

10.15-11.00 Gli esperti a confronto - Il beneficio della risata -

Intervengono: Stefania Bozzalla Gros, Stefano Lagona, William Liboni, Nadia Panasyuk

11.00-12.00 Esercitazione pratica

12.00-12.15 Conclusioni

Al termine dell'evento, a tutti i presenti, sarà offerto un rinfresco, [ISCRIVITI QUI](#)



Fondazione Onlus  
UN PASSO INSIEME



 **GRUPPO CS**  
consulenza&formazione