

FAI UN DONO DI GRANDE VALORE ALLA TUA VITA: DIVENTA TRAINER DI YOGA DELLA RISATA, entra anche tu nel movimento internazionale dello yoga della risata, diffuso in più di 100 paesi al mondo.

Elisabetta Grosso, d.ssa in psicoterapia, teacher di yoga della risata certificata direttamente dal dott. Madan Kataria, laughter yoga founder, e da lui nominata suo ambasciatore mondiale, certifica in tutta Italia, con possibilità di organizzare proprio nella tua città un corso di alto valore umano e professionale.

Negli ultimi cinque anni lavoro e collaboro, con la metodologia della risata, con il medico oncologo Vittorio Fusco (ospedale di Alessandria), attraverso lo svolgimento di diversi progetti in molte ASL del nord Italia; sono parte dell'innovativo progetto "Ridere e camminare nonostante tutto" che unisce la pratica del nordic walking e risata per pazienti oncologici e famiglie; sono formatrice presso la rete oncologica da quattro anni.

Vorrei portare alla Vostra attenzione, operatori sanitari, la certificazione che terrò nella bellissima città di Genova, sabato 19 e domenica 20 Ottobre 2019 dalle ore 9:30 alle ore 17:30.

Sarà un evento rivolto proprio a voi, centrato in modo particolare sulle seguenti tematiche: utilizzare la risata per allentare lo stress legato al lavoro con i pazienti ed i familiari, recuperare energie, una maggior creatività nello svolgere il proprio lavoro e un rinnovato rapporto con i colleghi; la risata come strumento relazionale vivendo l'insegnamento del dott. Madan Kataria "Quando tu ridi tu cambi, quando tu cambi tutto il mondo cambia con te"; riferimenti alla tematica de "Lo Spirito Interiore della Risata".

Ci sarà l'opportunità di portare casistica su cui lavorare.

Terminato il corso ognuno di voi si prenderà l'impegno di portare a termine la formazione con la sfida dei 40 giorni, di cui vi parlerò e durante i quali sarete sostenuti da un compagno di lavoro, dal gruppo di più di 80 trainers da me formati e dalla mia costante supervisione.

Sarete così in grado di tenere e proporre sessioni presso la vostra sede di lavoro, per il personale ospedaliero e, dove possibile, per i pazienti e familiari, sostenuti dal progetto "Ridere per curar-si", che il dott. Fusco ed io portiamo avanti per il quinto anno consecutivo presso l'ospedale di Alessandria.

CORSO LEADER DI YOGA DELLA RISATA

Nel corso di 25 anni di studi e di ricerche sul tema della risata, il cui valore oggi è riconosciuto in tutto il mondo, la Laughter Yoga University di Bangalore ha ideato un corso di due giorni per permettere, a chi lo desidera, di diventare trainer di questa stupefacente disciplina che è lo yoga della risata, conosciuto nel mondo come Laughter Yoga.

Negli studi scientifici che ruotano intorno al tema della risata è riconosciuto, come aspetto centrale, il benessere dell'individuo, per cui l'obiettivo di questo corso di formazione, riconosciuto a livello internazionale, è duplice:

-prima di tutto ogni partecipante trascorrerà un tempo nella consapevolezza e nella presa di coscienza rispetto al proprio stile di vita e riceverà grande e profondo beneficio da portare nel proprio quotidiano ("...sembra incredibile ma quelle due giornate di corso mi hanno permesso di

capire molte cose di me e di come stavo portando avanti la mia vita e il mondo della risata mi ha cambiata. Lo metterei obbligatorio, soprattutto per chi lavora a contatto stretto con le persone...”: questo uno dei messaggi che ho ricevuto da una giovane infermiera certificata);

-e di non meno valore il raggiungimento di una nuova professionalità che permetterà ad ogni partecipante di fondare un proprio club della Risata, e di condurre, con un’alta preparazione professionale e metodologica, sessioni di Laughter Yoga da portare in aziende, scuole, centri anziani, centri studi e di ricerche, carceri, case famiglie, e in molti altri settori, che verranno condivisi e presi in esame approfondito durante la formazione.

Il medico indiano, dott Madan Kataria, laughter yoga founder, da 25 anni studia il potere trasformante della risata e, con una grande equipe di livello mondiale, ha fornito le tecniche per stimolare la risata e donare nuovamente al nostro corpo la possibilità di ridere, non perché se ne ha un motivo ma perché il corpo ne sente il bisogno.

Su queste tecniche, sull’importanza del respiro, del rilassamento e del radicamento sarà centrato il corso ed ogni partecipante imparerà una metodologia infallibile per portare benessere psicofisico nella propria vita, in quella delle persone che ama e in coloro che si incontreranno per motivi professionali.

Al termine del corso ogni partecipante riceverà l’attestato di Laughter Yoga leader firmato dal dott Madan Kataria e l’iscrizione a Bangalore alla lista internazionale dei professionisti mondiali di yoga della risata; tuttavia la formazione proseguirà con la sfida dei 40 giorni dove ogni partecipante sarà stimolato ed accompagnato, con diverse strategie, a far sì che il potere trasformativo della risata entri nella propria vita in maniera profonda e duratura.

Ogni tappa di questo percorso andrà a stimolare, come meglio vedremo durante il corso, l’autostima, i processi creativi e il sistema immunitario di coloro che seguiranno la formazione indicata.

Tutto questo e molto altro ancora andremo a condividere durante due giornate, terminate le quali ogni partecipante sentirà di non essere più la persona del giorno prima.

Il corso è rivolto a tutti coloro che desiderano ritrovare la propria risata interiore e portarla sia nella propria esistenza sia nel proprio contesto sociale.

L’investimento per questo corso è di 300 euro;

ogni partecipante riceverà incluso nel prezzo tutto il materiale didattico;

sarà inserito in un gruppo di più di ottanta trainers certificati da Elisabetta;

riceverà per 6 mesi l’accesso gratuito a Prozone- zona sito internazionale dedicata ai trainers di yoga della risata.

Rimango gioiosamente disponibile per qualsiasi chiarimento e desiderosa di accordare un colloquio conoscitivo e motivazionale per coloro che si sentono motivati a sapere di più su questo corso formativo.

Un abbraccio di gioia,

Elisabetta

Cell 339 6156677