
Urbania, risate contro lo stress

Urbania
Stasera alle 21 l'Associazione Double Face in collaborazione con l'Accademia della risata organizza alla Colonia del Barco Ducale una *Serata risata anti-stress* (in caso di maltempo nella palestra delle scuole elementari). La serata si prefigge di illustrare le tecniche ed esercizi che aiutino a riacquisire la capacità naturale di ridere di se stessi e con gli altri al fine di migliorare il proprio benessere psico-fisico.
