



D I F U
S I O N
U A M

La Coordinación General de Difusión y
Casa del Tiempo

te invitan al taller en línea

MOVIMIENTO PARA LIBERAR EL CUERPO

**Danza para liberar de tensión
y dar sentido a la vida**

Objetivo General: Regulación del sistema nervioso central para liberar el cuerpo de tensiones y estrés a través del movimiento libre y espontáneo.

Sobre el taller: El momento actual nos obliga a construir comunidades virtuales creativas que prioricen la salud psicoemocional y psicosocial, la expresión, los vínculos y la resiliencia. Los lenguajes artísticos desde las técnicas de la terapia expresiva, en este caso la danza, favorecen el manejo del estrés y la autorregulación emocional.

- **Dirigido a:** Alumnxs de la Comunidad UAM
- **Requerimientos:** Acceso a computadora e internet. Ropa cómoda.
- **Inicio:** 16 de abril 2021
- **Duración:** ocho semanas
- **Horario:** Viernes de 17:30 - 18:30 hrs.
- **Inscripciones y mayores informes en:**
movimientouerpo2020@gmail.com
- A los inscritos se les enviará el link de la plataforma donde se llevará a cabo el taller.

Imparte:

Psic. DMT. Claudia Palavicini.

Psicóloga educativa por la UNAM. Especialización en Danza Movimiento Terapia en la Universidad Autónoma de Barcelona; en Educación Artística y Ciudadanía por la OEI; en Docencia de las Artes por la Esmeralda INBAL; diplomada en manejo del estrés y del dolor desde la perspectiva psicofisiológica por la DEC-UNAM.