

## Terapia della risata per i dipendenti comunali

**Pubblicato:** Martedì 25 Febbraio 2020



**Una sessione di terapia della risata per i dipendenti comunali.** La proposta è arrivata dalla **bibliotecaria Marica Casagrande** ed è stata accolta con curiosità da una parte dei dipendenti che ha partecipato prima con timore e poi con entusiasmo ad una mattinata fuori dall'ordinario (prima che si scatenasse l'ansia da coronavirus).

“L'idea mi è venuta perché conoscevo l'happy catch club e le ragazze che lo hanno fondato – spiega Marica Casagrande – Fanno terapia della risata, rilassamento. Ad ogni incontro si parla di benessere, di spiritualità. Così ho contattato Michela Schiavulli e, in accordo con il sindaco di Azzate, abbiamo deciso di proporre una sessione ai dipendenti comunali. All'inizio c'è stata una risposta “tiepida” ma poi le adesioni sono aumentate e quella mattina eravamo un buon numero”.

Sono incontri gratuiti che mirano a unire persone che hanno voglia di condividere attimi di spensieratezza e di “felicità”: ” Rientra tra le iniziative di welfare per i dipendenti – conclude Marica Casagrande – e davvero è stata un'esperienza interessante che ha messo a nudo un po' ciascuno di noi: alla fine ci siamo stretti in un abbraccio. Lo rifaremo? Perché no?”

[Redazione VareseNews](#)

[redazione@varesenews.it](mailto:redazione@varesenews.it)