

# FESTIVAL VIRTUAL DE LA *Felicidad* PROGRAMACIÓN



## SHOW MUSICAL

24 de noviembre de 2020

De 4:00 p.m. a 6:00 p.m.

Con la **MÚSICA** una buena dosis de motivación. La ¡dopamina! Una de las hormonas de la **FELICIDAD**.

Vamos a cantar, bailar, y vibrar con grandes artistas, lleva snacks, una buena bebida y tu mejor sonrisa.

Haz clic y conéctate con el siguiente enlace:  
<https://bit.ly/36Pgtzy>

## STAND UP COMEDY

25 de noviembre de 2020

De 4:30 p.m. a 5:30 p.m.

La **RISA** es un liberador de endorfinas, lo que hace que se generen sustancias que combaten la ansiedad y la depresión; sube los niveles de **FELICIDAD**.

Vamos a reír hasta que nos duelan los músculos, llega relajado y con toda la energía para estallar de risa.

Haz clic y conéctate con el siguiente enlace:  
<https://bit.ly/3357hpl>



## CLASE DE BAILE

26 de noviembre de 2020

De 4:00 p.m. a 6:00 p.m.

El **BAILE**, además de ser divertido, es una potente herramienta para mantenerse en forma y aumenta **LA FELICIDAD**.

Vamos a disfrutar de la música y nuestro cuerpo, ponte ropa cómoda, lleva hidratación y la mejor actitud.

Haz clic y conéctate con el siguiente enlace:  
<https://bit.ly/36TgPoW>

## CLASE DE COMIDA SALUDABLE

27 de noviembre de 2020

De 4:00 p.m. a 6:00 p.m.

Mantenerse **SAN@**, te da energía, te hace sentir bien y **FELIZ**.

Vamos a disfrutar de una rica preparación, lleva tu mente abierta para aprender y deleitarte con un delicioso plato.

Revisa el adjunto para saber que debes tener listo.

Haz clic y conéctate con el siguiente enlace:  
<https://bit.ly/3pM2jry>

