

## Press release

### Rir Agora lança Método Educa XXI

22 de Fevereiro de 2021

**O Rir Agora, projeto de empreendedorismo social que promove o Riso pelo Yoga do Riso/Risoterapia, lançou a visão Educa XXI, um método inovador que integra a ciência do bem-estar e a psicologia positiva em todo o sistema educativo.**

A visão Educa XXI é um método inovador criado por Carolina Vilano, mentora do Rir Agora. A metodologia Educa XXI está comprometida em contribuir para uma sociedade próspera onde todos possam realizar o seu potencial e alcançar sucesso pessoal e bem-estar. Este método de ensino e parentalidade parte do pressuposto de que todas as instituições da sociedade têm a obrigação moral de promover o florescimento humano.

O Rir Agora aplica este método através de programas para crianças e jovens que incluem 20 a 25 sessões em contexto de sala de aula para promoção do bem-estar e auto realização. Paralelamente, Carolina Vilano promove ações de capacitação para educadores formais e não formais e ainda webinars e palestras. É neste contexto que surge o EDUCA XXI Trainer, uma formação para capacitação de facilitadores que contribuam para levar ao maior número de comunidades escolares a Metodologia Educa XXI. É uma formação intensiva online de quatro semanas que inclui aulas ao vivo, vídeos gravados e desafios diários.

A educação positiva tem como princípio base a ideia de que as habilidades que promovem emoções positivas, relacionamentos positivos e forças de carácter também promovem a aprendizagem e o sucesso académico.

#### **Sobre o Rir Agora:**

O “Rir Agora” nasceu em 2016 com voluntariado social em escolas básicas, universidades seniores e estabelecimentos prisionais. Naturalmente o projeto acabou por se expandir, passando pela formação de profissionais de diferentes áreas e teambuilding. Assume-se como um projeto de empreendedorismo social que visa promover o Riso pelo Yoga do Riso/Risoterapia com foco principal na comunidade escolar e nas organizações.

Este projeto parte do princípio de que o riso é uma ferramenta efetivamente eficaz na melhoria da saúde física e mental, reduzindo o stress, promovendo o relaxamento, conduzindo ao encontro da paz interior de uma forma divertida e lúdica que contribui para o processo de florescimento individual.

#### **Informações adicionais:**

**Carolina Vilano**

Telemóvel: (+351) 914 373 887

Email: [contato@riragora.com](mailto:contato@riragora.com)