



## TEATRE I CONSCIÈNCIA

Mètode Sabaté



### ARIADNA PUIG

Formadora, imatge i comunicació.

- Periodista especialitzada en temes socials, educatius i de creixement personal.
- Responsable de la comunicació externa de programes socioculturals a l'Àrea de Comunicació de l'Obra Social "la Caixa".
- Màster de Desenvolupament Personal i Lideratge a la Universitat de Barcelona, un viatge transformador que em condueix a interessar-me encara més per la condició humana.
- Descobreixo i connecto amb el Teatre com a un canal molt potent d'alliberació i gestió emocional gràcies a la meva actual mestra, Anna Sabaté.
- Teatre i Consciència, Mètode Sabaté, es converteix en un camí profund d'autoconeixement i formació personal, que compagino amb altres cursos i formacions de desenvolupament integral.