

Mi nombre HELENA ALCALÁ CAMARERO

Desde que nací supe que había venido para algo especial a esta vida, que nada de lo que experimentaba era casualidad, pero no tenía claro él .- ¿para qué?

La vida se ha encargado de mostrármelo después de dos divorcios y tres hijos, me he dado cuenta de que mi misión en esta vida, como la de cada uno de los que estamos aquí, es la misma. Aprender amarnos, a respetarnos, a valorarnos y a sentirnos merecedores de toda la abundancia y la prosperidad que la vida pone a nuestra disposición.

Se puede aprender de muchas formas, no solo a través del dolor, el sufrimiento y el escarbar en nuestras heridas para ver cuanta mierda sale. Eso fue así antes. Esa energía densa la hemos dejado atrás.

Ahora toca aprender desde el disfrute, desde la alegría, desde el amor, la risa, el juego....

Y en esto es donde pongo todo mi ser en cada taller que realizo, en darnos cuenta de lo bueno, de lo positivo, de la luz que cada uno llevamos dentro.

En mis talleres te acompaño, te animo y te invito a compartir toda la belleza que a veces ni tú mismo sabes ke tienes. Me acompañas?

Especialista en Risoterapia , Bioenergética y otras Terapias Corporales Alternativas.

Formadora desde hace más de 12 años en Cursos y Talleres para distintas empresas, entidades y centros de Castilla y León: dirigidos a distintos colectivos: mayores, personas con discapacidad, personal sanitario de Hospitales y Centros de atención primaria, docentes, voluntarios de asociaciones, trabajadores de empresas privadas. etc.

Empresas y Entidades: Cruz Roja, Aspanias, SACYL Burgos y Miranda de Ebro, Centros Geriátricos de la Diputación Provincial de Burgos , Cáritas - [Voluntared](#) [Escuela Diocesana](#), [Centro Comunitario Espíritu Santo](#), [Asociación de Alzheimer](#), [Asociación de Parkinson](#), [Caja Burgos](#) y distintas empresas de Formación.

Organizadora de las cuatro Ediciones del Día Mundial de la Risa en Burgos.

Conductora y facilitadora desde hace cinco años del programa de radio .- Vitaminas para el Alma.-

Y sobre todo... Creadora de mi propio destino.