



Mercredi 10 et 17 février 2021

de 18 H 30 à 19 H 30

M.J.C de Fontanès

Espace de Culture et d'Echanges

A la Maison du Plâtre

contact@mjcfontanes.org

www.mjcfontanes.org

**Venez découvrir cette méthode naturelle et joyeuse...
Un concept simple, facile, accessible à tous...**

Le yoga du rire c'est retrouver de l'enthousiasme, du lâcher prise, de la bonne humeur, de la vitalité, du positif, booster le système immunitaire. Rire est un cadeau, un outil de communication et même un médicament naturel ! Rire et ses valeurs constituent un ingrédient formidable pour nous accompagner au quotidien...



Inscription avant le 28/09/20 auprès de la responsable :

Marcelle MINOT tél. 06 60 81 42 43

Coordonnée de l'animatrice : (formée par Fabrice Loizeau - Institut français du yoga du rire et du rire santé) :

Liliane Poméon tél. 06 84 22 85 84

E-mail : liliane.pomeon@orange.fr

www.lilianepomeon.com

Citations du fondateur le Docteur Kataria :

« Quand vous riez, vous changez. Quand vous changez, le monde entier change. »

« le yoga du rire n'est pas une théorie, c'est une pratique »

Prix adulte 25 € les 2 séances

Pour votre confort, merci d'apporter une couverture, un tapis.

