



Organise

Mardi 20 février 2018 à 18h30

Une soirée de partage

Et si on parlait psy...

Autour du thème :

« Partir à la découverte du Yoga du rire »

Pour retrouver notre capacité à nous amuser, à jouer, et à rire, venez nous rejoindre pour une séance de Yoga du Rire. Aucune position compliquée, mais des respirations grâce aux exercices de rire et beaucoup de bonheur et de bienveillance... même sans humour, même sans en avoir envie, vous allez rire et profiter des bienfaits de cette formidable méthode. Alors ... venez essayer

Avec Véronique Fatio, professeur de rire

à l'AVEP

Route du Martoret 31a - Monthey

Nous vous invitons à venir partager et échanger, avec nous, sur ce thème, au cours de cette soirée.

Bienvenue à tous !