

2014 - 2015

## Dynamiser Son Capital Bien-être

Propose des ateliers

# EQUILIBRE ET BIEN-ETRE PAR LE RIRE

Par Betty KECHISSOGLOU

Formatrice et rigologue expert,

Certifiée par l'école internationale du Rire et du bonheur

**RiGOLOGiE®**



*« Le rire répare point par point tout ce que l'excès de stress détériore » C. Cosseron.*

- **Se détendre, se ressourcer pour rééquilibrer sa vie et concilier exigences professionnelles et mieux-être au quotidien**
- **Utiliser le rire et ses bienfaits à des fins de développement personnel**

Ateliers reposant sur différentes approches : Jeux coopératifs, yoga du rire, sophrologie ludique, éducation émotionnelle, relaxation, méditation...

### SEANCE DECOUVERTE

Participation aux frais : libre

**Dimanche 14 septembre 2014 de 10 h à 12 h**

Maison des Associations - Rue Albert Camus MIRAMAS

Association DSCBE

[associationsdscbe@laposte.net](mailto:associationsdscbe@laposte.net)

Marie-Paule Marcon : 06 83 77 86 60