

Communiqué de presse

Le Rire, source inépuisable de Santé

Les élus MSA du secteur de Montfort / Meu et Plélan le Grand organisent une conférence interactive de Prévention Santé

Mardi 4 Décembre 2018 - 20 h 00
Salle des Légendes - Bd St Michel
IFFENDIC

Animée par Fabrice LOIZEAU - Ambassadeur mondial - Professeur - Directeur de l'Institut du Yoga du Rire et du Rire Santé

Facile, accessible et avec des effets immédiats, le rire a de vraies vertus physiologiques et psychologiques. Rire est excellent pour la santé ; il agit très favorablement sur l'ensemble du corps. Au palmarès de ses multiples bienfaits, il améliore les fonctions cognitives, chasse le stress, installe la bonne humeur, élimine la sensation de douleur, booste le système immunitaire, aide au lâcher prise ... Des bienfaits nombreux et désormais reconnus par la médecine moderne.

- *Qu'est-ce que le yoga du rire, son historique ?*
- *Pourquoi pratiquer ?*
- *Quels sont les bienfaits et avantages du rire ?*
- *Où pratiquer le yoga du rire ?*

N'hésitez pas à nous rejoindre à cette CONFERENCE GRATUITE ET OUVERTE A TOUS, jeunes et adultes.

Entrée Libre