

**Club de rire pour tous**

Découvrez le yoga du rire ! Cette technique de gestion de stress vous relaxe en combinant des exercices physiques et de respiration, inspirés du yoga.

Le 8ème jour asbl vous propose des séances de yoga du rire   
animées par des animatrices professionnelles de Team42

**Projet à l'initiative du 8ème jour ASBL**

Ce projet consiste à créer du lien entre des publics qui ne seraient pas amenés à se rencontrer, et à lutter contre les préjugés qui incombent les personnes atteintes d'un handicap mental. Nous voulons également faire découvrir le yoga du rire et ses bienfaits au niveau du développement personnel, de la santé, de la vie sociale.

**1 SÉANCE PAR MOIS !**

**DE SEPTEMBRE 2014 À AVRIL 2015 Prochaine séance :**

pP

**Tenté par l'expérience... inscrivez-vous auprès de Gauthier,   
éducateur au 8ème Jour au 02/253.82.08 !**

**Inscription obligatoire**

PAF: 1€ symbolique ou plus si vous voulez...

Lieu : à 1000 Bruxelles, il sera précisé lors de l'inscription.

[www.lehuitiemejour.eu](http://www.lehuitiemejour.eu)

