

# Web radio

Écoutez l'émission spéciale qui présente Linda Leclerc

# Expérimentez

Expérimentez le rire et ses nombreux bienfaits. Partez à la recherche de votre rire intérieur. Faites cette expérience dynamique, stimulante et efficace pour combattre le stress, réveiller la joie de vivre, améliorer la santé! Au travail ou dans sa vie personnelle, rire et bien-être riment ensemble!

# Club de rire

Un **Club de Rire** est un groupe de personnes qui se réunit autour d'un animateur pour rire ensemble, selon les principes du « Rire sans Raison » établis en 1995 par **Dr Madan Kataria**.

Même s'il paraît étrange ou même insolite la première fois qu'on le pratique, chaque exercice amène irrésistiblement au rire naturel, et possède une fonction intrinsèque spécifique :

- Le « Rire du Lion » délie la langue, détend des mâchoires et desserre la gorge;
- Le « Rire de la Dispute » permet d'argumenter en riant;
- Le « Rire de Soi » nous fait rire de nos bons et moins bons coups;
- Le « Rire du moteur enrayé » nous permet de démarrer notre moteur intérieur en riant;
- La « Méditation du Rire » est comme un fou rire de dortoir et nous préférons vous laisser méditer là-dessus!

Les bienfaits remarquables sont utiles pour:

- Gérer le stress
- Améliorer le climat de travail et les relations interpersonnelles
- Diminuer l'absentéisme
- Augmenter la productivité, la performance et la créativité

- Stimuler la motivation et le positivisme
- Être mieux dans sa peau et en meilleure santé

# Le Dr. Kataria

Dans cette entrevue, il explique ce qu'est le yoga du rire

# Ressources

[+]

# Téléchargez

Voici l'annonce officielle de la journée du rire

**Your Laughter Yoga Guide**  
All you need to know about Laughter Yoga  
Dr. Madan Kataria  
Founder Laughter Yoga Clubs Movement

**WORLD LAUGHTER DAY**  
WORLD PEACE THROUGH LAUGHTER  
Laughter Yoga International

**LAUGHTER YOGA**  
Basic Learning Workshop  
Bringing Health & Happiness in Your Life

**Profile**  
The introduction of Laughter Yoga into my life provided much healing and restored joy in 2012, was shared by Dr. Madan Kataria, the founder of Laughter Yoga. Wholeheartedly, I join with him in doing my part to promote world peace & healing through laughter. Laughter Yoga is beneficial for people of all ages and physical abilities. Each session is custom-tailored for each group of participants. Consider Laughter Yoga for team building, conference breaks, community activities, group events, wellness centers, holiday gatherings, etc. your imagination can create myriad ways to experience health through laughter in every circumstance. Contact me @ 616-225-1960 for assistance in creating a customized experience that will boost morale & wellness. Also, consider becoming a Certified Laughter Yoga Leader; certification trainings are offered each year.

**For direct support:**  
Angela Beck-Pfeifer  
Certified Laughter Yoga Teacher  
Phone: 616-225-1960  
email: angela\_beck\_pfeifer@gmail.com  
Website: <http://www.angela.beck-pfeifer.com/>  
Michigan USA

**Vinayak Shastri**  
Master Trainer  
Assistant to Dr. Kataria  
Tel: +91 8884567891  
vinayak@laughteryoga.org

**LAUGHTER YOGA UNIVERSITY**  
#33, Galaxy Enclave, Jakkur Plantation,  
Yelahanka Hobli, Bangalore-560064  
website: [www.laughteryoga.org](http://www.laughteryoga.org)

**WORLD LAUGHTER DAY**  
THROUGH LAUGHTER  
WORLD PEACE THROUGH LAUGHTER  
LAUGHTER YOGA INTERNATIONAL

Sur demande, vous pouvez télécharger l'affiche annuelle en grand format OU, copiez ce lien ci-dessous pour télécharger vous même cette affiche.

<https://laughteryoga.org/static/img/pages/prozone-col.jpg>







# Liens intéressants

- Le site officiel du [docteur Kataria](#)
- Le site officiel de [YogaDuRire.com](#) de Linda.
- Il y a [des centres de yoga du rire partout dans le monde.](#)
- [Passeport santé](#)
- Linda Leclerc a voyagé partout à travers le monde francophone pour nous faire rire et prendre conscience des bienfaits de cette technique. Voici [le lien d'un des nombreux événements que Linda Leclerc a animé](#) durant sa carrière. Authenticité garantie.

# Deux YouTube drôlement sérieux

Invitée à la populaire émission Salut Bonjour, Linda Leclerc nous fait comprendre le sérieux du yoga du rire.  
Des études scientifiques le prouvent.

# Séance qui vous donne des trucs et astuces

---

# Quoi de neuf



# Pages reliés

3 pages link to [Rire](#)

- [SanteEmotionnelle](#)
- [infolettreNo2](#)
- [Sophrologie](#)