

Le Yoga du Rire en Entreprise

C'est du sérieux !



LE YOGA DU RIRE, QU'EST-CE QUE C'EST ?

Il s'agit d'une pratique **nouvelle** et **innovante** élaborée par le Dr Kataria en 1995, qui se pratique aujourd'hui partout dans le monde. Il est **facile**, **efficace** et **accessible à tous** et repose sur le rire « sans raison ».

POURQUOI RIRE EN ENTREPRISE ?

Le **rire** est une ressource clé pour aborder des thématiques telles que le **changement**, la **motivation**, les **crises**, la **créativité**, le **travail en équipe**, la confiance en soi, l'attitude gagnante.

Plus simplement, **le rire installe une attitude positive**, bénéfique pour l'individu et l'organisation.

Rire en entreprise est idéal pour **évacuer le stress** et **gérer les conflits**. Mais pas que cela !

En introduisant le yoga du rire pour tous les employés, les entreprises ont signalé une satisfaction accrue du personnel !

NOS RÉFÉRENCES

Google



photob★x

UPTOO
SALES TALENT SEARCH

QUI PRATIQUE LE YOGA DU RIRE ?

Le rire en entreprise, selon la méthode utilisée, est une pratique courante dans les entreprises au Japon, aux Etats-Unis, au Canada et en pays scandinaves.

Les entreprises françaises découvrent peu à peu l'intérêt d'introduire le rire dans leur politique de ressources humaines et d'accéder à un concept novateur de la gestion du stress, facile, accessible et immédiat.



IMPACT DU RIRE EN MILIEU PROFESSIONNEL



POUR QUOI CHOISIR MES SERVICES?

Ma posture de coach, bienveillance ainsi que ma passion et mon enthousiasme donnent une approche qui se veut agréable et efficace pour un impact maximal sur les participants.

DANS QUEL CONTEXTE VIVRE LE YOGA DU RIRE?

Séminaire Incentive
Teambuilding
Journée Bien Etre
Journée QVT, etc.



Laure-Alessia Calderón
Coach du Rire

Formation - Coaching
✉ laurealessia.calderon@gmail.com
☎ 06 50 94 94 03

🌐 www.laurealessiacalderon.com
🌐 www.linkedin.com/in/laurealessiacalderon
🌐 www.facebook.com/laurealessiacalderon
🌐 www.instagram.com/laurealessiacalderon

VOUS L'AVEZ COMPRIS

Mettre en place une thérapie par le rire en entreprise est une solution à la fois **innovative et efficace** !

Testez-la !