

**Formée en sophrologie, relaxation ludique, positivologie etc...**

**Interventions dans centre social, lycée professionnel, association, centre d'adultes handicapés, assurance, festival de bien-être...**

Après un cheminement de formations d'accompagnement et de bien-être, j'ai découvert le Yoga du Rire en participant à une séance animée par Fabrice Loizeau, lors de l' Université d'été de Sophrologie de 2009 qui se déroulait en Bourgogne.

En 2010, je deviens animatrice... et « la passion » du Rire ne me quitte plus... !

En 2011, j'ai suivi à nouveau une formation d'animatrice, et en 2013 et 2015 celle de professeur international de Yoga du Rire.

**Le rire a changé ma vie...**