

# *Cultiver la joie*

# **Atelier yoga-écriture**

*Autour du thème de la joie*



« « Dis-moi ce que représente l'Autre dans ta vie et je te dirais quelle est ta joie»

*Lytta Basset*

**Samedi 26 janvier 14h30 à 18h30**

État de plaisir, de plénitude, la joie ne se décrète pas. Toutefois, nous tenterons à travers le souffle et le verbe d'approcher la joie, simple et profonde, d'être vivant.

**L'Institut Français du Yoga**, 2 rue de Valois, 75001 Paris.  
Métro : Palais Royal, Pyramides.

**Nathalie Mlekuz – 06 69 19 21 26**  
**mlekuz@no-log.org**  
**yogapariscentre.fr**