

## Retour sur l'activité Rigologie

Une séance de Rigologie a été organisée par la fille d'une résidente. Tout au long de l'après-midi, nous avons pu entendre les éclats de rire et la bonne humeur! Les résidents ont été très content de cette nouvelle activité.

### Qu'est ce que la Rigologie :

*« La rigologie est un ensemble de pratiques psycho corporelles destinées à stimuler la joie de vivre et l'optimisme de chacun. La rigologie est vue comme une thérapie complémentaire à la psychothérapie. Elle allie psychologie et rire et mêle yoga du rire, méditation du rire. »*

**Merci à Mme Hervé pour l'organisation**

