

# Une scientifique dans votre salon

## « Se transformer par le yoga »


Une conférence sur le yoga, en direct, chez vous.

Grand public, ouvert à tous, quels que soient votre pratique, votre niveau, débutant, passionné, curieux ou scientifique

**Vendredi 1<sup>er</sup> Mai 2020 à 20h30 (h. de Paris)**

1h de conférence et 30 minutes d'échanges avec vous

Où ? Chez vous, *via* Zoom



**Caroline Nizard**  
Docteure en Sciences sociales.  
Spécialisée sur le yoga et la méditation.  
Pratiquante du yoga et de la méditation depuis 12 ans.  
J'ai écrit une thèse, publié un ouvrage et plusieurs articles sur ces sujets.

Lors de mes rencontres avec plus d'une centaine de pratiquants et de professeurs de yoga en France, en Suisse romande ou en Inde (de tout courant et tout niveau), j'ai constaté que le yoga contribue à transformer les habitudes, les mode de vies, passant du loisir où le bien-être est essentiel, à une véritable hygiène de vie. D'ailleurs, dans les textes anciens, le yoga est d'abord la voie, le chemin menant à une maîtrise du corps, pour accéder à un autre niveau de conscience. Venez explorer à travers une analyse sociologique et anthropologique ces itinéraires de pratique.

**Prix :** sur le principe de la donation. Selon vos possibilités financières et ce que vous estimez juste. Le minimum sera de 3 CHF ou 3 euros pour assurer votre place.

Règlement Pumpkin, Twint : (0041) 798694684 ou virement IBAN : CH88 8080 4458 4010 0

Inscription : [nizard.caroline@gmail.com](mailto:nizard.caroline@gmail.com)