

Sieste électro conte

Avec Olivier Cariat et Antoine Laloux

On dit que faire une sieste chaque jour : vous rend de meilleure santé, fait de vous quelqu'un de plus créatif, permet de rencontrer ses rêves les plus fous et donne la force de traverser le monde pour les réaliser.

On dit que faire la sieste rend plus beau, plus intelligent, plus amoureux, plus rêveur.... enfin c'est ce qu'on dit.

Olivier et Antoine aime bien écouter ce qui se dit. Voilà pourquoi depuis quelques jours ils se sont mis eux aussi à la sieste..... juste le temps réglementaire, soit 29 minutes et 51 secondes. Chaque jour, ils trouvent un endroit agréable et s'y installent. Le plus dur est de réussir à s'endormir. Il faut fermer les yeux et attendre, cela peut-être long... Mais il y a des ruses...comme écouter les battements de son cœur, se concentrer sur sa respiration, ou tout simplement écouter la musique d'Antoine et les mots d'Olivier pour des histoires à dormir debout.