

### Les nouvelles de L'Embellie

Pour nos adhérentes, nos clientes, nos partenaires, nos amis, ...

N° 43 / mai 2010

#### Côté boutique

##### ▷ De plus en plus de bio



Bien sûr nous voulons du bio, pour la planète et pour notre santé ...

Comme nous, les « petits créateurs » qui conçoivent turbans et bonnets sont sensibles à cette tendance et

utilisent de plus en plus du coton bio. Par exemple, ici, le petit bonnet de base de la marque *Miroir* (31 €).

##### ▷ Sur la plage, il n'y a pas que les maillots de bain



... Amoena et Anita proposent aussi des t-shirts et des robes à porter sans soutien-gorge (mais avec prothèse) et aussi des accessoires de plage comme cette tunique Anita (41€).

#### Côté association

##### ▷ A nouveau la réflexologie plantaire

Après Estelle Taraud et Hélène du Pontavice, qui ont été appelées à développer leurs activités ailleurs, c'est Véronique Sarazin qui assure les soins de réflexologie plantaire.

##### ▷ N'oubliez pas le pique-nique !

... et la découverte du mandala géant réalisé à partir des quelques 300 mandalas coloriés par les uns et les autres.

**Le 8 mai à partir de 12h30, square Alberto Giacometti, 34 rue Didot, entre la rue Bauer et la rue des Thermopyles.**

##### ▷ Nouveau : la relax-danse !

La relax danse est un mélange de relaxation et de danse. Ce travail sur le ressenti et les émotions nous invite à retrouver et vivre pleinement notre féminité.

Il aide à se libérer du stress et de la fatigue, à reprendre conscience de son corps et confiance en soi au sein du groupe.

Chaque atelier est organisé sur un thème, par exemple la Terre, les quatre éléments, les saisons, ... et se termine par un temps de partage.

Comme pour tous nos ateliers, nul besoin de savoir danser pour participer ! Mais au contraire venez découvrir le mouvement en vous ...

Dans la mesure possible, merci de venir avec des vêtements chauds pour la relaxation et une jupe longue pour la danse ... qui permettra de mieux ressentir la fluidité du mouvement.

Animé en alternance par Muriel Mandakini, formée à de nombreuses techniques de relaxation et à la relax-danse par sa créatrice, Sylvaine Lopin, et par Marie-Evelyne Mangin, infirmière en oncologie, formée elle aussi à la relax-danse par Sylvaine Lopin.

**Premier atelier le 29 mai de 11h à 13h**

#### Ailleurs ...

##### ▷ Un film : « Le corps amazone »

Nous vous avons déjà parlé de l'association « Les amazones s'exposent » qui entend, notamment par l'art, changer le regard sur les femmes « asymétriques ». Une première exposition a été montée l'an dernier.



Anja Unger, réalisatrice, a filmé les séances de photographies d'Art Myers, suivi la mise en place de l'exposition ... un film sur le cancer, mais surtout une « ode à la vie et à la beauté des femmes ».

**Avant première le 5 mai 20h30, au Forum des images / Auditorium des Halles Paris.**

## Le calendrier des activités de mai 2010

<b>Mardi 4 mai</b>	<b>11h – 13h30</b>	<b>Explorer ses ressources / collectif avec Claire</b>
	<b>14h30 – 15h30</b>	<b>Qi gong / collectif avec Nicole</b>
	<b>16h – 18h</b>	<b>Harmonisation energetique / individuel avec Patricia</b>
<b>Mercredi 5 mai</b>	<b>15h30 – 17h30</b>	<b>Doigts de fées cartonnage / collectif avec Nadine</b>
<b>Jeudi 6 mai</b>	<b>14h – 16h</b>	<b>Acupuncture / individuel avec Houari</b>
	<b>16h – 18h</b>	<b>Contes et mouvements / collectif avec Isabelle</b>
<b>Samedi 8 mai</b>	<b>A partir de 12h30</b>	<b>PIQUE NIQUE MANDALAS !!</b>
<b>Mardi 11 mai</b>	<b>14h30 – 15h30</b>	<b>Qi gong / collectif avec Nicole</b>
	<b>16h – 18h</b>	<b>Harmonisation énergétique / individuel avec Patricia</b>
<b>Mercredi 12 mai</b>	<b>12h - 13h</b>	<b>Relaxation sophrologique / collectif avec Monique</b>
<b>Samedi 15 mai</b>	<b>17h30 - 18h30</b>	<b>Yoga / collectif avec Annie</b>
<b>Lundi 17 mai</b>	<b>14h30-16h30</b>	<b>NOUVEAU Réflexologie plantaire avec Véronique</b>
<b>Mardi 18 mai</b>	<b>11h – 13h30</b>	<b>Explorer ses ressources / collectif avec Claire</b>
	<b>14h30 - 15h30</b>	<b>Qi gong / collectif avec Nicole</b>
	<b>16h- 18h</b>	<b>Harmonisation énergétique / individuel avec Patricia</b>
<b>Mercredi 19 mai</b>	<b>15h30 - 17h30</b>	<b>Doigts de fées cartonnage / collectif avec Nadine</b>
<b>Jeudi 20 mai</b>	<b>14h-15h</b>	<b>Danse à l'Espece Beaujon avec Mirale</b>
	<b>14h – 16 h</b>	<b>Acupuncture / individuel avec Houari</b>
<b>Samedi 22 mai</b>	<b>17h30 - 18h30</b>	<b>Yoga / collectif avec Annie</b>
<b>Mardi 25 mai</b>	<b>14h30 - 15h30</b>	<b>Qi gong / collectif avec Nicole</b>
	<b>16h - 18h</b>	<b>Harmonisation énergétique / individuel avec Patricia</b>
<b>Mercredi 26 mai</b>	<b>12h – 13h</b>	<b>Relaxation sophrologique / collectif avec Monique</b>
	<b>15h30 - 17h30</b>	<b>Doigts de fées cartonnage / collectif avec Nadine</b>
<b>Jeudi 27 mai</b>	<b>16h – 18h</b>	<b>Contes et mouvements / collectif avec Isabelle</b>
<b>Samedi 29 mai</b>	<b>11h-13h</b>	<b>NOUVEAU Relax danse</b>
	<b>17h30 - 18h30</b>	<b>Yoga / collectif avec Annie</b>
<b>Lundi 31 mai</b>	<b>14h30-17h30</b>	<b>NOUVEAU Reflexologie plantaire avec Véronique</b>