

### Les nouvelles de L'Embellie

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

N° 47 / octobre 2010

#### Côté boutique

##### ▷ Du bambou pour se coiffer en douceur



Le bambou est une fibre naturelle particulièrement souple et confortable, douce au toucher, et qui possède des propriétés anti UV et anti-bactériennes. De plus, le bambou est absorbant et respirant. Des qualités qui en font le matériau idéal pour un turban à porter

pendant la phase d'alopecie.

Nous vous en proposons un, légèrement drapé, en couleurs d'automne (bleu ardoise, gris, taupe, noir et noisette).

*Turban Christine en bambou, 44 €*

#### Côté association

##### ▷ Les doigts de fées

Tout au long de l'année, les doigts de fées se retrouvent pour créer (et apprendre à créer) des objets en cartonnage, pour tricoter, coudre ... Elles sont devenues très pro ! Elles vendront boîtes, carnets, sous-mains, bijoux, cadres, ... le samedi 16 octobre après-midi devant l'Embellie.

De quoi prévoir déjà les cadeaux de fin d'année ou simplement trouver quelque chose de joli pour un cadeau impromptu à un enfant ou une amie ...

L'argent collecté revient bien sûr à notre association.

**Samedi 16 octobre à partir de 14 h devant l'Embellie**

##### ▷ Davantage de réflexologie plantaire

Les séances de réflexologie plantaire assurées par Véronique et Bénédicte sont très demandées.

Nous avons de la chance : Marion Flamen, elle aussi réflexologue, proposera désormais des RV individuels le jeudi matin.

Il y aura ainsi moins d'attente pour ces séances que beaucoup d'entre vous qualifient de « merveilleuses » !  
Merci encore à Véronique, Bénédicte et Marion.

##### ▷ Un nouvel atelier qi gong

L'atelier qi gong, lui aussi, est très demandé.



Il est animé le mardi par Nicole et est axé sur le qi gong de la femme.

Vous pouvez désormais découvrir le qi gong de la marche grâce à Malika.

Ce qi gong est indiqué pour aider les personnes atteintes de cancer ou de dépression. Il est utilisé en Chine dans certains services de cancérologie. Il est très facile à apprendre et procure une agréable sensation de détente car il permet de faire le vide dans la tête.

**Les lundis de 12 h à 13 h**

##### ▷ Une table de massage

Vous aurez peut-être remarqué que vous n'avez plus à vous allonger sur des matelas posés au sol ou sur ... des tables lorsque vous bénéficiez d'une séance d'acupuncture ou de massage ?

Grâce à une petite subvention du Comité social de la Caisse des dépôts, nous avons pu acheter une vraie table de massage, confortable pour vous et pour la personne qui vous prodigue le soin.

##### ▷ Tombola : soutenez-nous et tentez votre chance ! Tirage le 16 octobre

N'oubliez pas d'acheter (voire de vendre !) nos billets de tombola ! Nous vous rappelons le 1er lot: Un PC portable HP reconditionné avec windows XP et Pro Office 2003.

**Les tickets sont en vente auprès de Nadine au 06.88.84.33.85 (3 € le coupon).**

##### ▷ Découvrez la sophrologie en séance individuelle

Carole Fouquet vous reçoit en une séance d'une heure pour vous permettre de découvrir la sophrologie et ce qu'elle peut vous apporter aujourd'hui. Sur RV.

##### ▷ Octobre rose à Saint-Mandé

Nous serons présents à Saint-Mandé, notamment pour la conférence «Cancer du sein : actualités et évolutions médico-chirurgicales ».

**le mercredi 13 octobre à 20, salle des fêtes de l'hôtel de ville de St Mandé**

**Attention : la vente de gâteaux du 2 octobre est annulée !**  
**Rappel : course Odyssea le dimanche 3 octobre !**

## Calendrier des activités d'octobre 2010

Vendredi 1 octobre	15h-17h30	Doigts de fées cartonnage avec Nadine / collectif
Samedi 2 octobre	17h30-18h30	Yoga avec Annie / collectif
Lundi 4	12h-13h	Qi gong de la marche avec Malika
Mardi 5	14h30-15h30	Qi gong de la femme avec Nicole / collectif
	16h-19h	Réflexologie coréenne avec Patricia / individuel (1h)
Mercredi 6	9h-11h	Acupuncture avec Houari / individuel (1h)
	12h-13h30	Relaxation sophrologique (collectif) avec Monique
	15h-17h30	Doigts de fées cartonnage avec Nadine / collectif
Jeudi 7	10h-13H	Réflexologie plantaire avec Marion
	14h16h	Acupuncture avec Houari / individuel (1h)
Vendredi 8	15h-17h30	Doigts de fées cartonnage avec Nadine / collectif
Samedi 9	17h30-18h30	Yoga avec Annie / collectif
Lundi 11	14h-16h	Réflexologie plantaire avec Véronique
Mardi 12	11h-13h	Shiatsu (individuel) avec Annie-Georges
	14h30-15h30	Qi gong de la femme avec Nicole / collectif
	16h-19h	Réflexologie coréenne avec Patricia / individuel (1h)
Mercredi 13	14h-17h	Réflexologie plantaire – massage nuque et dos avec Bénédicte / individuel (1/2 h)
	20 h	Colloque à la mairie de Saint-Mandé : les nouveautés dans la chirurgie des cancers du sein
Jeudi 14	10h – 13h	Réflexologie plantaire avec Marion
Vendredi 15	15h-17h30	Doigts de fées cartonnage avec Nadine / collectif
Samedi 16	Dès 14h	Vente des doigts de fées !
	14h-17h	Entretiens individuels avec Sandrine (écoute et aide)
	17h30-18h30	Yoga avec Annie / collectif
Lundi 18	12h-13h	Qi gong de la marche avec Malika
	14h-16h	Réflexologie plantaire avec Véronique
Mardi 19	11h-13h	Shiatsu (individuel) avec Annie-Georges
	14h30-15h30	Qi gong de la femme avec Nicole / collectif
	16h-19h	Réflexologie coréenne avec Patricia / individuel (1h)
Mercredi 20	9h-11h	Acupuncture avec Houari / individuel (1h)
	12h-13h30	Relaxation sophrologique (collectif) avec Monique
	15h-17h30	Doigts de fées Carton
Jeudi 21	10h-13H	Réflexologie plantaire avec Marion
	14h16h	Acupuncture avec Houari / individuel (1h)
	16h-18h	Contes et mouvements avec Isabelle (collectif)
Samedi 23	17h30-18h30	Yoga avec Annie / collectif
Lundi 25	12h-13h	Qi gong de la marche avec Malika
Mardi 26	11h-13h	Shiatsu (individuel) avec Annie-Georges
	14h30-15h30	Qi gong de la femme avec Nicole / collectif
Mercredi 27	14h-17h	Réflexologie plantaire – massage nuque et dos avec Bénédicte / individuel (1/2 h)
Jeudi 28	10h-13H	Réflexologie plantaire avec Marion
	15h-17h30	Doigts de fées Couture
Vendredi 29	15h-17h30	Doigts de fées cartonnage avec Nadine / collectif