

### Les nouvelles de L'Embellie

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

N° 59 / Novembre 2011

#### Coté boutique

##### ▷ Nouveau : facilités de paiement avec la mise en place du Tiers-payant

L'Embellie peut télétransmettre vers vos caisses de Sécurité Sociale vos feuilles de soins et vous permet ainsi de ne pas avancer les montants pris en charge par vos centres de paiement.

Pensez à vous munir de votre Attestation de prise en charge en attendant que nous recevions notre lecteur de carte vitale.

##### ▷ Un coup de pouce très naturel pour la repousse de vos cheveux.

La coiffure par les plantes de Martine Mahé propose un sérum riche en Ginseng qui favorise leur repousse après les traitements en stimulant le bulbe pileux et en fortifiant la fibre capillaire. Une offre découverte comprenant un shampoing au Ginseng et le coffret de 10 ampoules vous est proposé à un tarif tout doux en novembre.

##### ▷ Défilé convivial

Merci à ceux ou celles qui sont passées jeudi 13 octobre boire un verre et repérer nos nouveaux modèles de lingerie : Tamara, Violette, Talia, Juliette, Lara satin, Versailles et les autres pour se faire plaisir tout en privilégiant le confort ! Nos jeunes mannequins en ont profité pour nous montrer aussi les chapeaux d'hiver et quelques perruques...



#### Coté association

▷ **Atelier Doigts de fées.** L'atelier des doigts de fées du vendredi sera désormais consacré au tricot et à la broderie (et couture pour celles qui veulent !). Celui du mercredi reste dédié au cartonnage.

##### ▷ Nouveaux ateliers

##### Tai Qi / Qi gong.

Malika vous propose (en supplément de son atelier du Qi gong de la marche) le Tai Qi / Qi gong. Il s'agit d'une pratique de mouvements fluides et souples, réalisés dans la lenteur pratiqués en posture

verticale mettant l'accent sur la maîtrise de la respiration et du travail du Qi, de l'énergie. Cette pratique permet d'améliorer la souplesse, d'apaiser le mental, contribue à faire circuler harmonieusement le Qi dans le corps et à maintenir une bonne santé physique, mentale et spirituelle. **1<sup>er</sup> atelier le mercredi 23 novembre à 14h.**

**Atelier détente :** Un mélange de relaxation, de mouvements de yoga et de respiration. **1<sup>er</sup> atelier le 26 novembre à midi.** Animé par Marie-Evelyne Mangin.

##### ▷ Derniers jours pour les billets pour le spectacle Forsythe à Chaillot

Nous vous rappelons que le second spectacle du parcours Danse au théâtre National de Chaillot est « Impressing the Czar » de William Forsythe le 8 décembre 2011. Attention : date limite pour nous demander des places : le 7 novembre. Tarif ; 12 euros 4 places max par adhérente.



« Reprise attendue, Impressing the Czar, ballet fleuve pour plus de trente danseurs, est un pur chef-d'œuvre mêlant créativité du mouvement et ironie mordante. »

##### ▷ Un film étrange et original



Nous vous invitons à découvrir ensemble un film insolite, « Happy end » de Szymon Zalenski. Szymon Zalenski est cinéaste, atteint de cancer. Il filme ... Un long périple où fusées, cochons d'inde et rencontres se succèdent à travers les allers-retours entre médecines occidentales et alternatives. Un film qui nous montre que bizarrerie et étrangeté ne sont pas forcément là où l'on croit. **Le lundi 14 novembre à 18h.** Les inscriptions sont ouvertes.

##### ▷ Octobre Rose : merci aux cuisinières et aux fées

En effet, nous avons cette année collecté environ 2000 € lors de moments de rencontre pendant le week end « Cuisine en fête » (vente de gâteaux) mais aussi au sein de grandes entreprises qui, via le comité d'entreprise et la médecins du travail, nous ont donné l'occasion de rencontrer leurs salariés sur le thème du cancer de sein, de faire connaître l'association et de vendre de très nombreux objets créés par l'atelier des doigts de fées.

▷ **Odyssée : une belle matinée et un trophée !**

Vous avez été nombreuses et nombreux à courir ou marcher au nom des Ateliers de l'Embellie : 77 !  
Ce qui nous a valu d'être classées 1ères dans la catégorie "challenge du coeur / familles".

Merci encore de cette marque d'intérêt, de soutien et d'amitié. La course cette année était impressionnante par le monde (22 000 personnes) et l'ambiance très joyeuse. Au final, plus de 300 000 euros ont été collectés pour l'Institut Gustave Roussy.

**PLANNING DES ACTIVITES DU MOIS DE NOVEMBRE 2011**

Mercredi 2	De 15h00 à 17h30	Doigts de fées cartonnage. Collectif avec Nadine.
Jeudi 3	De 10h00 à 12h00	Reiki. Séances individuelles d'une heure avec Lydie.
	De 16h00 à 18h00	Contes et mouvements. Collectif avec Alys Yann.
Samedi 5	De 17h30 à 18h30	Yoga. Collectif avec Anne-Véronique.
Lundi 7	De 11h00 à 12h00	Relaxation sophrologique. Séance individuelle d'une heure avec Béatrice.
	De 14h00 à 16h00	Réflexologie plantaire. Séances individuelles d'une heure avec Véronique.
Mardi 8	De 11h00 à 13h30	Shiatsu. Séances individuelles d'une heure avec Annie-Georges.
	De 14h00 à 17h00	Maquillage. Séances individuelles d'une heure avec Véronique.
	De 17h30 à 18h30	Qi gong de la femme. Collectif avec Nicole.
Mercredi 9	De 10h00 à 13h00	Acupuncture. Séances individuelles d'une heure avec Houari.
	De 14h30 à 17h30	Massage nuque/dos ou réflexologie plantaire. Séances d'1/2 heure avec Bénédicte.
Jeudi 10	De 10h00 à 12h00	Reiki. Séances individuelles d'une heure avec Lydie.
	De 12h00 à 13h00	Relaxation sophrologique. Collectif avec Monique.
Samedi 12	De 17h30 à 18h30	Yoga. Collectif avec Annie.
Lundi 14	De 10h00 à 12h00	Reiki. Séances individuelles d'une heure avec Lydie.
	A 18h00	<b>PROJECTION DU FILM « HAPPY END »</b>
Mardi 15	De 11h00 à 13h30	Shiatsu. Séances individuelles d'une heure avec Annie-Georges.
	De 17h30 à 18h30	Qi gong de la femme. Collectif avec Nicole.
Mercredi 16	De 15h00 à 17h30	Doigts de fées cartonnage. Collectif avec Nadine
Jeudi 17	De 16h00 à 18h00	Conte et mouvements. Collectif avec Alys Yann.
Vendredi 18	De 11h00 à 13h00	Relaxation sophrologique. Séances individuelles avec Béatrice.
	De 15h00 à 17h30	Doigts de fées tricot / broderie. Collectif avec Catena et Yvette.
Samedi 19	De 14h00 à 17h00	Relation aide et écoute. Séances individuelles d'une heure avec Sandrine
	De 17h30 à 18h30	Yoga. Collectif avec Anne-Véronique.
Lundi 21	De 11h00 à 12h00	Relaxation sophrologique. Séance individuelle d'une heure avec Béatrice.
	De 14h00 à 16h00	Réflexologie plantaire. Séances individuelles d'une heure avec Véronique.
	De 15h00 à 17h00	<b>ATELIER TRISHA BROWN</b> au Théâtre National de Chaillot
Mardi 22	De 11h00 à 13h30	Shiatsu. Séances individuelles d'une heure avec Annie-Georges
	De 13h30 à 15h30	Initiation à l'auto-hypnose. Collectif avec Nathalie
	De 17h30 à 18h30	Qi gong de la femme. Collectif avec Nicole.
Mercredi 23	De 10h00 à 13h00	Acupuncture. Séances individuelles d'une heure avec Houari.
	De 14h00 à 15h00	Tai Qi / Qi gong. Collectif avec Malika.
Jeudi 24	De 10h00 à 12h00	Reiki. Séances individuelles d'une heure avec Lydie.
	De 12h00 à 13h00	Relaxation sophrologique. Collectif avec Monique.
Vendredi 25	De 10h00 à 14h00	Le toucher créatif ®. Séances individuelles d'une heure avec Odile.
	De 15h00 à 17h30	Doigts de fées Tricot/broderie. Collectif avec Catena et Yvette.
Samedi 26	De 12h00 à 13h30	<b>Nouveau : atelier détente.</b> Collectif avec Marie-Evelyne.
	De 17h30 à 18h30	Yoga. Collectif avec Annie
Lundi 28	De 11h00 à 12h00	Relaxation sophrologique. Séance individuelle d'une heure avec Béatrice.
	De 12h00 à 13h00	Qi gong de la marche. Collectif avec Malika.
	De 14h00 à 17h00	Maquillage. Séances individuelles d'une heure avec Véronique.
Mardi 29	De 11h00 à 13h30	Shiatsu. Séances individuelles d'une heure avec Annie-Georges.
	De 17h30 à 18h30	Qi gong de la femme. Collectif avec Nicole.
Mercredi 30	De 10h00 à 12h00	Reiki. Séances individuelles d'une heure avec Lydie.
	De 15h00 à 17h30	Doigts de fées cartonnage. Collectif avec Nadine.

