



Les nouvelles de L'Embellie

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

N° 60 / Décembre 2011



Côté boutique

▷ Congés de fin d'année

La boutique sera fermée : **samedi 24, lundi 26 et samedi 31 décembre.**

▷ En beauté pour les fêtes : lingerie et coiffes

Du 12 au 17 décembre, une semaine pour vous faire plaisir ou vous faire gâter et pendant laquelle nous serons ravies de vous offrir un **bon de réduction de 5€** sur les gammes "Fashion" de lingerie et sur les coiffes à partir de 45 € d'achat. **Laissez-vous séduire !**



▷ En beauté pour les fêtes : maquillage des yeux

Venez vous faire maquiller les sourcils à la boutique !

Habillez vos yeux avec les « pochoirs à sourcils CHRISTIAN ». Très facile à utiliser pour agrandir votre regard et embellir vos sourcils. C'est une poudre compacte résistante à l'eau, semi-permanente, anti-tâche, qui à l'avantage de se fondre avec le poil, d'adhérer à la peau et de donner un aspect très naturel. **Démonstration gratuite à la boutique.**

▷ Et aussi le maquillage des ongles :



Habillez vos mains avec les vernis à ongles

EYECARE Cosmetics enrichis en silicium et en urée pour renforcer, hydrater et protéger vos ongles pendant vos

traitements. Nous vous proposons une large palette de couleurs. **Pose de vernis gratuite à la boutique.**

▷ Grâce à vos achats de coiffes, des sous pour les Amazones

10% du chiffre d'affaire d'octobre réalisé par la vente des coiffes est reversé à l'association *Les Amazones s'exposent*, association qui a pour objet de faire changer, par des actions artistiques, le regard porté sur les femmes opérées du sein. Merci à celles d'entre vous qui ont acheté une coiffe supplémentaire pour les soutenir !



Côté association

▷ Congés de fin d'année

L'association sera fermée **du vendredi 23 décembre au soir au dimanche 1er janvier inclus.**

▷ Du yoga spécial fêtes !

Annie et Anne-Véronique, qui animent régulièrement les cours de yoga, nous font cadeau de 3 séances exceptionnelles. Il s'agit de séances de yoga suivies d'une longue détente et d'une méditation. La méditation se révèle une technique efficace dans de nombreux problèmes (stress, anxiété, dépression) dans lesquels les pensées et les émotions jouent un rôle important... de quoi aborder les fêtes légère et de bonne humeur ! Les 21, 22 et 23 décembre.

▷ NOUVEL ATELIER : « Visage éclat »

Laetitia Guerres, socio-esthéticienne, propose un atelier de soin en groupe : techniques de mise en beauté, massage des mains, ... Un moment de partage pour se faire du bien. **Premier atelier le 14 décembre à 11h.**

▷ NOUVEAU : massage californien

Le choix parmi les massages s'agrandit ! Désormais, Hélène nous propose des séances individuelles de massage californien. Massage de détente et de bien-être, il se compose de mouvements fluides, continus et enveloppants, de longs effleurages et pétrissages et de mouvements glissés.

▷ « Récit de vie » : une nouvelle session démarre !

Cet atelier propose un accompagnement ludique et la maladie, entre deux, afin de lui donner du sens et d'en garder une trace sensible et transmissible : récit oral, écrit, peinture, dessins, ... tout est permis ! Sur inscription

▷ Spectacle Forsythe à Chaillot : à vous de récupérer vos billets !

Nous vous rappelons que les billets pour « Impressing the Czar » de William Forsythe à Chaillot sont disponibles à la boutique (pour peu que vous soyez inscrite et ayez réglé les places bien sûr).

▷ Succès de l'atelier chorégraphie à Chaillot

Nous avons passé un très agréable moment « hors du temps », de partage, de communication par la danse autour de la pratique de la chorégraphe Trisha Brown.

► **Bienvenue à Hélène :** Bienvenue et merci à Hélène, nouvelle bénévole. C'est elle qui désormais

répond au téléphone de l'association et gère les inscriptions aux ateliers

Très bonnes fêtes à vous toutes et tous !!

PLANNING DES ACTIVITES DU MOIS DE DECEMBRE 2011

Jeudi 1er	De 16h00 à 18h00	Contes et mouvements. Collectif avec Alys Yann.
Vendredi 2	De 10h15 à 13h15	Le Toucher créatif ®. Séances individuelles d'une heure avec Odile.
	De 15h00 à 17h30	Doigts de fées Tricot / broderie / couture. Collectif avec Yvette et Catena.
Samedi 3	De 10h00 à 13h00	Soutien psychologique. Séances individuelles d'une heure avec Sandrine.
	De 14h00 à 17h00	Récit de vie. Collectif avec Isabelle. Nouvelle cession de 8 ateliers.
	De 17h30 à 18h30	Yoga. Collectif avec Anne-Véronique.
Lundi 5	De 10h00 à 12h00	Reiki. Séances individuelles d'une heure avec Lydie.
	De 12h00 à 13h00	Qi gong de la marche. Collectif avec Malika.
	De 14h00 à 16h00	Réflexologie plantaire. Séances individuelles d'une heure avec Véronique.
Mardi 6	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 7	De 10h00 à 12h00	Acupuncture. Séances individuelles d'une heure avec Houari.
	De 12h00 à 13h00	Relaxation sophrologique. Collectif avec Monique.
	De 14h00 à 15h00	Tai qi / qi gong. Collectif avec Malika.
	De 15h00 à 17h30	Doigts de fées cartonnage. Collectif avec Nadine.
Jeudi 8	De 15h30 à 18h00	Nouvel atelier : massage californien. Séances individuelles d'1 heure avec Hélène.
Vendredi 9	De 11h00 à 13h00	Relaxation sophrologique. Séances individuelles d'une heure avec Béatrice.
Samedi 10	De 17h30 à 18h30	Yoga. Collectif avec Annie.
Lundi 12	De 10h00 à 12h00	Reiki. Séances individuelles d'une heure avec Lydie.
	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 13	De 11h00 à 13h30	Shiatsu. Séances individuelles d'une heure avec Annie-Georges.
	De 14h00 à 15h00	Relaxation sophrologique. Séance individuelle d'une heure avec Béatrice.
	De 17h30 à 18h30	Qi gong de la femme. Collectif avec Nicole.
Mercredi 14	De 11h00 à 12h00	Nouvel atelier : Soins interactifs « Visage éclat ». Collectif avec Letitia.
	De 14h00 à 15h00	Tai qi / qi gong. Collectif avec Malika.
Jeudi 15	De 14h00 à 16h00	Reiki. Séances individuelles d'une heure avec Lydie.
	De 16h00 à 18h00	Contes et mouvements. Collectif avec Alys Yann.
Vendredi 16	De 11h00 à 13h00	Relaxation sophrologique. Séances individuelles d'une heure avec Béatrice.
	De 15h00 à 17h30	Doigts de fées tricot/broderie/couture. Collectif avec Yvette et Catena.
Samedi 17	De 11h00 à 12h30	Détente. Collectif avec Marie-Evelyne.
	De 14h00 à 17h00	Récit de vie (2/8). Collectif avec Isabelle.
	De 17h30 à 18h30	Yoga. Collectif avec Anne-Véronique.
Lundi 19	De 10h00 à 12h00	Reiki. Séances individuelles d'une heure avec Lydie.
	De 12h00 à 13h00	Qi gong de la marche. Collectif avec Malika.
	De 14h00 à 16h00	Réflexologie plantaire. Séances individuelles d'une heure avec Véronique.
	De 16h00 à 18h00	Ecrire son conte. Collectif avec Patricia.
Mardi 20	De 17h30 à 18h30	Qi gong de la femme. Collectif avec Nicole.
Mercredi 21	De 10h00 à 12h00	Acupuncture. Séances individuelles d'une heure avec Houari.
	De 12h00 à 13h00	Relaxation sophrologique. Collectif avec Monique.
	De 14h00 à 15h00	Tai qi /qi gong. Collectif avec Malika.
	De 17h30 à 19h00	SPECIAL NOEL : Yoga / méditation. Collectif avec Annie
Jeudi 22	De 17h30 à 19h00	SPECIAL NOEL : Yoga / méditation. Collectif avec Anne-Véronique.
Vendredi 23	De 15h00 à 16h30	SPECIAL NOEL : Yoga / méditation. Collectif avec Annie.