

NEWSLETTER SOURCE VIVE SEPTEMBRE 2020

Rentrée 2020/2021

La reprise des cours se fera **le lundi 7 septembre** dans le respect des règles sanitaires en vigueur. Un mail d'information concernant ces règles sanitaires a été envoyé à chaque adhérent de l'association.

Nouveauté cette année :



Atelier mensuel yoga Enfant/Parent avec Priscilla
Inscription mensuelle (nous contacter par téléphone)
1^{ère} date : **vendredi 25 septembre de 17h15 à 18h15**

Dates à retenir :

Porte ouverte

Le samedi 5 septembre de 9h30 à 11h30

Assemblée générale

Le samedi 10 octobre 2020 à 11h00

Les autres activités proposées dans le Centre Manipura seront précisées prochainement sur le nouveau flyer et sur le site web de l'association.



Petite pensée à méditer...

« Mon corps est mon temple, les asanas sont mes prières »
Iyengar

Les activités prévues par l'association :

Stage de yoga avec Christian TIKHOMIROFF « Souffle, postures et chakras »

Les 7 et 8 novembre 2020

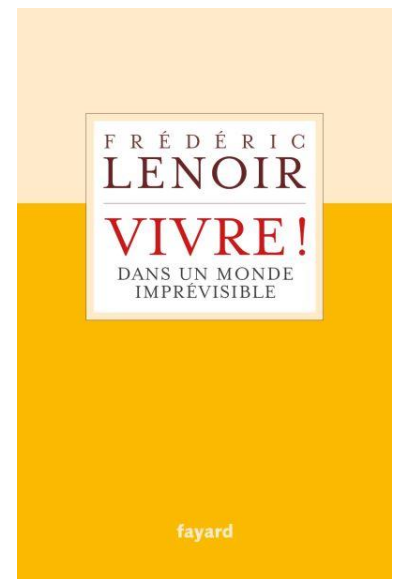
Plus d'informations à venir sur le site internet



L'atelier méditation avec Didier Eudes qui devait avoir lieu le samedi 26 septembre de 14h30 à 17h30 est reporté à une date ultérieure qui reste à définir.

SUGGESTION DE LECTURE :

Vivre ! Dans un monde imprévisible
Frédéric Lenoir



« Dans un langage accessible à tous, Frédéric Lenoir nous propose un petit manuel de résilience qui aide à vivre dans des temps difficiles. Il convoque les neurosciences et la psychologie des profondeurs, mais aussi les grands philosophes du passé – du Bouddha à Nietzsche, en passant par Epictète, Montaigne ou Spinoza - qui nous disent comment développer la joie et la sérénité malgré l'adversité. Et si nous pouvions ainsi faire de cette crise une opportunité pour changer notre regard et nos comportements ? Pour devenir davantage nous-mêmes et mieux nous relier aux autres et au monde ? »