

TRAIT D'UNION

Association loi 1901

34, rue des Camélias 94140 Alfortville

Programme des activités, juin 2023

à noter :

Semaine internationale du Shiatsu

du 5 au 11 juin

Trait d'union : samedi 10 juin 9h00 à 13h30

Rencontres interculturelles :

Samedi 10 juin : Le Chili



Faire du bien
Faire du lien

Cours hebdomadaires

YOGA VINYASA

vendredi 12h00-13h00

vendredi 13h00-14h00

COURS DE CHANT

samedi 11h30-12h30

HATHA YOGA DÉBUTANT

lundi 19h00-20h00

lundi 20h05-21h05

Jusqu'au 15 juin



ACTIVITÉS DU MOIS DE JUIN

Semaine du 29 mai au 4 juin

CAFÉ PSYCHO, mardi 30 mai, 19h00 à 21h00

SOIRÉE ESPAGNOLE, vendredi 2 juin à 19h00

STUDIO RÉPARATION, samedi 3 juin, 14h00 à 17h00

Atelier TRAVAUX D'AIGUILLES, samedi 3 juin, 17h30 à 19h00

Semaine du 5 au 11 juin

CAFÉ PSYCHO, mardi 6 juin, 19h00 à 21h00

CAFÉ PHILO, vendredi 9 juin, 19h00 à 21h00

SEMAINE INTERNATIONALE DU SHIATSU : Initiation QI GONG, DO IN, SHIATSU, samedi 10 juin, 9h00 à 13h30

ATELIER D'EXPRESSION PAR LA CRÉATIVITÉ "L'ANCRAGE", samedi 10 juin, 14h00 à 16h30

RENCONTRES INTERCULTURELLES : LE CHILI, samedi 10 juin à 18h30

QI GONG, dimanche 11 juin, 10h30 à 11h30

Atelier RADIESTHÉSIE, dimanche 11 juin, 15h00 à 17h00

Semaine du 12 au 18 juin

CAFÉ PSYCHO, mardi 13 juin 19h00 à 21h00

CAFÉ FRANCAIS, conversation en français langue étrangère, jeudi 15 juin à 18h00

DESSIN MÉDITATIF, samedi 17 juin, 14h00 à 16h00

Atelier FLEURS DE BACH, samedi 17 juin, 16h30 à 18h00

Semaines du 19 au 30 juin

CAFÉ PSYCHO, mardi 20 mai, 19h00 à 21h00

"MA TROUSSE DE SANTÉ NATURELLE POUR LES MAUX DE L'ÉTÉ", jeudi 22 juin, 19h00 à 20h15

CERCLE DE PAROLE DE FEMMES, samedi 24 juin, 15h30 à 17h30

Atelier GYM DOUCE SPÉCIAL DOS, dimanche 25 juin, 14h00 à 15h00

Atelier SOPHROLOGIE : GESTION DU STRESS, dimanche 25 juin, 15h30 à 17h00

CAFÉ PSYCHO, mardi 27 juin, 19h00 à 21h00

Avec les beaux jours, de nouvelles activités pourraient être proposées spontanément, consultez régulièrement le site de l'association : <https://www.traitdunion94.org/>

SEMAINE INTERNATIONALE DU SHIATSU

Dans le cadre des Journées Internationales du Shiatsu, les organisations du Shiatsu en France (FFSM, FFST, SNSP, SPS et UFPST) créent la semaine du Shiatsu
du 05 au 11 juin 2023

à Trait d'union, plusieurs animations proposées par Évelyne Hainzelin, praticienne Shiatsu
Samedi 10 juin de 9h00 à 13h30

Programme :

-de 9h00 à 10h00 : **Qi gong** et **Do in** (automassages)

-à partir de 10h00 : **Présentation du Shiatsu**

-de 10h00 à 13h30 : Séances d'une demi-heure de **SHIATSU** sur **chaise** et sur **futon**
à 10h00, 10h40, 11h20, 12h00, 12h40



Le SHIATSU est une pratique énergétique japonaise fondée sur la médecine traditionnelle chinoise. Il consiste en des pressions rythmées sur tout le corps et notamment sur les méridiens. On utilise les pouces et les paumes.

En dénouant les blocages, il libère et stimule la circulation de l'énergie et permet un meilleur équilibre du YIN et du YANG. En plus de la détente physique il apporte une sensation de bien-être global et apaise le mental.

RENCONTRES INTERCULTURELLES

Trait d'union part à la rencontre des cultures du monde et des régions!
Chaque rendez-vous est l'occasion de découvrir les coutumes, les façons de vivre, la culture d'un pays ou d'une région, racontés par un.e ressortissant.e



Samedi 10 juin
à 18h30

**Rodrigo nous parlera du
CHILI !**

Inscriptions : traitdunion94@gmail.com



LES THÉRAPEUTES ET PRATICIEN.NE.S BIEN-ÊTRE

Évelyne, praticienne Shiatsu et massages Chi Nei Tsang
sur rendez-vous : shiatsu.auz@gmail.com
ou 06 12 58 91 79

Martine, coaching émotionnel, Fleurs de Bach,
sur rendez-vous : traitdunion94@gmail.com

Michel, psycho-analyste,
sur rendez-vous : traitdunion94@gmail.com

Prescillia, psychologue,
sur rendez-vous : 06 74 48 95 12 ou **Doctolib**

Sofia, praticienne certifiée :
Massage femme enceinte, Massage parents/enfants, Massage californien,
Massage Kobido, Réflexologie plantaire, Reiki, Constellations familiales
Sur rendez-vous : sofiaiatorres@gmail.com

Retrouvez le détail des activités, les modalités d'inscription, les tarifs,
sur le site de Trait d'union : www.traitdunion94.org

Contact : traitdunion94@gmail.com



@traitdunionalfortville

Téléphone/WhatsApp : 07 69 84 93 11

