

## Expositions

### « Les Anges Messagers »

Peintures par Fanny Savary

du 24 décembre au 3 février

### « Fais de beaux rêves »

Dessins et DreamCatchers

par Cosimo et Francisca Genco

du 6 février au 3 mars

### « Il est temps au printemps »

Peintures et poésie par Dostena

du 6 mars au 30 mars

Vernissage « Il est temps... de nous dire », croisée musicale et poétique par Dostena et Isaka, **le vendredi 9 mars à 18h30**

Finissage : « La poésie - fenêtre vers le futur », conférence de Dostena, **le jeudi 29 mars à 18h30**



AMPHORA

# programme culturel

## hiver 2018

## Vie de l'association AmphorA - Un nouvel art de vivre

### Vendredi 26 janvier - à 19h30

- Présentation de l'Association « AmphorA - Un nouvel art de vivre ! »
- Appel à la particip'Action créative pour 2018 et le Futur...
- Jeux créatifs, partages des idées, des actions nouvelles et adhésion

### Samedi 3 février de 14h à 19h30

*Journée Portes Ouvertes avec les intervenants, thérapeutes et adhérents !*

- **14h30** : ateliers mandalas « Pour une mise en lumière des messages de l'inconscient » - par *Angélique Macnar, sophrologue*
- **15h30** : « Retrouver son enfant intérieur » - par *Caroline Genco, sophrologue*
- **16h00** : ateliers mandalas « Pour une mise en lumière des messages de l'inconscient » - par *Angélique Macnar, sophrologue*
- **16h30** : conférence « Quand l'astrologie nous parle de notre destinée » - par *Catherine Le Thomas, astrologue*
- **17h30** : conférence « Découvrez cette technique à la fois de libération émotionnelle et de gestion de stress par acupressure » - par *Angélique Macnar, sophrologue*
- **18h30** : méditation d'harmonisation et d'offrande pour l'hiver

## Pour un Nouvel Art de Vivre

23 rue du Faubourg de Pierre  
67000 - Strasbourg  
03 88 59 30 89

[amphora-artdevivre.fr](http://amphora-artdevivre.fr)

# Un nouvel art de vivre, c'est possible !

Par Céline Campetto

à 19h30 – 8€ ou carte de 10 entrées pour 65€

Méditation guidée par CD : « L'ouverture du cœur » et « L'esprit héroïque », de Céline & Pierre Lassalle et Lucie Delalain aux ed. Terre de Lumière.

## Super Pleine Lune

### Transformation

Découvrir en soi le Super-Pouvoir du mois qui réveille le cœur héroïque.

jeudi 1er février et vendredi 2 mars

## Super Nouvelle Lune

### Plénitude

S'ouvrir à son essence nouvelle et la faire émerger pour de la nouveauté.

mardi 16 janvier, jeudi 15 février et vendredi 16 mars

Par Emmanuel Mouillon et Céline Campetto -15€ - max 8 personnes

## Le jeu de la transformation

Jeu de plateau pour mettre en lumière vos forces, faiblesses, pour résoudre les défis sur votre chemin.

jeudi 18 janvier Comment épanouir mes forces en 2018 ?

mardi 27 mars Comment agir qui je suis ce printemps ?

Par Emmanuel Mouillon

## Lâcher-prise

Comment couper Radio-Mental, travailler l'écoute, la conscience de soi et des autres ?

jeudi 25 janvier  
mardi 13 février  
mardi 13 mars

## Les masques de la Commedia

Initiation au théâtre avec les masques de la Commedia Dell'Arte (personnages, identités, attitudes...).

mardi 30 janvier  
jeudi 22 février  
jeudi 22 mars

## «2035... C'est quoi ta vie ?»

### SPECIAL 18 – 30 ans

En 2035, tu auras entre 36 et 48 ans... Par le partage, des jeux et la méditation créatrice, construis ton avenir !

mardi 9 janvier  
Connais-tu ta vocation ?  
jeudi 8 février  
Sors de la matrice !  
mardi 6 mars  
Toi et les Autres...?!



Pensez à réserver !  
Plus d'infos sur le site.

# Ateliers : Un temps pour soi

Par Marie-Pierre Langen

Art-thérapeute

## Art-thérapie

Stress / Burn-out / Souffrance au travail : par le dessin retrouvez l'équilibre entre votre monde intérieur et extérieur.

mardis 23 janvier, 20 février et 20 mars  
de 19h30 à 21h30  
20€ (matériel fourni)

Par Caroline Genco

Sophrologue

## Sophrologie

Apprenez à lâcher-prise et à accueillir vos émotions, sans qu'elles vous submergent. Atelier collectif pour votre mieux-être.

tous les mercredis  
de 17h à 18h30  
20€ la séance

Virginie Duboscq

Dr en pharmacie - conseillère en Fleurs de Bach

## Fleurs de Bach

mardi 23 janvier Dépression saisonnière : retrouver sa joie de vivre grâce aux Fleurs ?

mardi 13 février Les fleurs de Bach : alliées efficaces pour combattre la fatigue

mardi 27 mars Troubles du sommeil : mieux dormir grâce aux fleurs de Bach

de 19h30 à 21h30  
20€ l'atelier - flacon personnalisé offert

Par Selestino Nogueira

passionné d'astrologie

## Club astro & numéro

Se découvrir grâce à l'Astrologie et à la Numérologie, en s'amusant avec son thème natal.

samedis 10 février et 10 mars  
de 15h30 à 18h30  
20€/pers. (15€ -30 ans,  
30€ par couple)

Par Nadège Desloovere

Psychopraticienne IFCC

## Secrets de Femmes

De femmes à femmes, pour échanger sur ce qui fait notre particularité, notre essence féminine.

vendredi 9 février  
et jeudi 15 mars  
à 19h30 à 21h30  
12€

Par Angélique Macnar

Sophrologue

## Mandalas

Sophrologie et Mandalas pour une mise en lumière des messages de votre Inconscient.

dimanche 18 février  
de 9h30 à 17h30  
90€ (10€ d'acompte versé à la réservation)

Par Edith Le Bras

Artiste-thérapeute

## Bien-être par le chant

Oreilles et Cœur ouverts, apprenez à chanter !

Groupe : tous les mercredis  
40€ les 3 cours par mois  
de 19h30 à 21h30  
Individuel : 35€ la séance  
le mercredi ou jeudi

Par Xénia Ganz

Mezzo-soprano

## Découvrir sa voix

Moi, voix, toi, joie... : chantez en groupe. Relaxation, respiration, technique vocale et interprétation d'une chanson.

samedi 3 mars de 14h à 17h : débutants  
dimanche 4 mars  
de 10h à 13h : intermédiaires  
de 15 à 18h : avancés  
40 € l'atelier