



## SECTION du BAS-RHIN

Chers membres,

Nous souhaitons vous proposer d'autres idées de sorties que celles iconiques qui font le succès et le charme de notre amicale. Dans cet esprit, est venu l'idée de mettre à notre programme des conférences.

### *TÊTE, CŒUR, CORPS: nos réflexes archaïques au cœur de notre bien être!*

Pour une première, ne serait-il pas intéressant de découvrir comment notre potentiel cognitif, émotionnel et notre équilibre corporel se développent et s'entretiennent :

- Les Réflexes primitifs dit "archaïques" : comment impactent-ils notre quotidien tout au long de notre vie ?
- Équilibre entre notre cerveau, notre posture et nos émotions !
- Entretenir nos réflexes archaïques pour qu'ils ne nous parasitent pas !
- Lien entre mouvements cerveau et santé !

Cet échange se déroulera avec une première partie théorique, puis vous vous laisserez surprendre par un petit rituel de mouvements permettant de se recentrer, de renforcer sa sécurité intérieure et son équilibre postural.

Voilà ce que nous vous proposons en accueillant Vanessa Moursil, praticienne certifiée en intégration des réflexes archaïques et méthodes en neuro intégration. Des techniques tournées vers le corps, la neuroscience et l'humain.



**Rendez-vous le mardi 17 septembre 2024 à 10.30 dans la salle Saint Laurent  
au MUNSTERHOF 9, rue des Juifs à Strasbourg .**



# AMICALE DES RETRAITÉS

## BANQUE POPULAIRE ALSACE LORRAINE CHAMPAGNE

Et pour rester fidèle à nos valeurs de partage et de convivialité, nous terminerons notre sortie par un déjeuner au restaurant **CHAUVIN Père et Fils** 3, rue du Faisan situé à deux pas du Munsterhof.

Pour ceux qui s'en souviennent, nous y avons déjà déjeuné et passé un moment inoubliable autour d'un repas composé de tapas alsaciens.



### *Menu : Tapas made in Alsace*

Tapas froids et chaud à base de produits du terroir  
Dessert

### *Forfait Boisson*

1/2l eau minérale, ¼ Riesling ou pinot noir + café

- Prix de la sortie :**
- Adhérent : 25 €
  - Non adhérent : 48€