Bonjour à toutes et tous,

Permettez-moi, tout d’abord, de vous présenter mes meilleurs vœux pour 2021. L’année semble ne pas commencer sous les meilleurs auspices, ainsi nous ne pouvons qu’aspirer à une sérénité retrouvée et plus de liberté durant ces prochains mois. En tous les cas, je vous souhaite de pouvoir, dès les beaux jours, à nouveau faire des rencontres, des fêtes, aller au restaurant, au théâtre ou au musée. Que vous puissiez vous permettre des sorties entre amis ou en famille et vous autoriser à suivre nos cours et groupes créatifs.

Les prolongations jusqu’à fin février des mesures restrictives imposées par le Conseil fédéral hier redéfinissent le démarrage de certains cours ou leur planification. C’est pour cette raison que je vous envois un petit rappel des cours prévus en Suisse romande et dont il reste des places. Vous trouverez tous les détails de ces formations sur notre page internet : <http://www.sbv-fsa.ch/fr/cours> avec les informations, dates - prix, mis à jour selon les dernières directives de l’OFSP concernant la tenue des cours.

Attention, quelques modifications de dates et/ou lieux ont été faites pour quelques cours

VS :

À Sion :

* Pilates, Yoga et Qi-Gong, cours planifié dès le 3 mars, ou dès que possible, les mercredis de 9h45 à 11h15. Reste 3 places pour pouvoir ouvrir le cours qui vous enseignera les trois techniques. Inscription prolongée jusqu’à fin janvier pour le cours A
* Brunch de Pâques, samedi 20 mars de 9h30 à 14h30

VAUD :

À Lausanne :

* Yoga, groupe 2, dès que possible, les lundis de 11h45 à 13h15. Reste une place
* Relaxation guidée ou Autohypnose, cours hors programme, déplacé au 20 et 27 mars ainsi que 10 et 17 avril de 9h15 à 12h15 au CFR de Lausanne, inscription sur la liste d’attente.
* Chocolat du monde, samedi 17 avril, attention nouveau lieu et nouvel horaire, de 14h00 à 16h30 à Lausanne, CFR,  à la place de Genève.
* Le Fusing, technique du verre, samedi 24 avril de 9h30 à 16h30. reste une place
* Création de bijoux en verre avec le Fusing, samedi 8 mai de 9h30 à 16h30. Reste une place
* Le vitrail Tiffany, assemblage du verre, samedi 12 juin de 9h30 é 16h30. Reste deux places

À Yverdon :

* Percussion, du 1er mars au 26 avril ou du 3 mai au 21 juin, 7x les lundi de 14h00 à 15h00

GENEVE :

À Genève :

* Rencontres culinaires au fil des saisons, 4 rencontres entre le 13 mars, si c’est possible, et le 27 novembre, reste des places
* Un jardin chez soi, 10 rencontres entre mars, si c’est possible, et septembre
* Atelier de yoga, dès que possible, les jeudis de 14h00 à 15h30, reste deux places
* Se mouVOIR autrement, dès que possible, les mardis de 13h45 à 15h45, reste deux places
* Danse orientale, du 12 avril au 28 juin, les lundis de 10h00 à 11h30

NEUCHATEL :

À Neuchâtel :

* Initiation à la technique du toucher, cours hors programme, prévu le samedi 24 avril de 9h30 à 16h30. Durant cette journée vous apprendrez les bases de la réflexologie. Reste une place
* Utiliser les huiles essentielles, 3 mardis matin, 27 avril, 11 et 25 mai de 9h30 à 12h30. Reste deux places

À La Chaux-de-Fonds :

* Eveil au Viniyoga, du 21 avril au 30 juin les mercredis de 9h00 à 10h30

JURA et Jura Bernois :

À Bienne :

* Do In A bis, Cours déplacé sur Bienne au lieu de Delémont. Lieu à Bienne pas encore défini, quatre samedis matin si possible du 6 mars au 3 juillet (29.05 et 19.06) . Reste des places

Cours Blocs :

* Week-end Zen à la montagne à Château-d’Oex, du 21 au 24 mai, reste 2 places
* Les émotions à travers la réflexologie à Château-d’Oex, du 2 au 6 juin

N’hésitez pas à me contacter pour avoir de plus amples informations sur les cours qui vous intéresse ou si vous avez des questions.

Meilleures salutations

Solenn Beck

Responsable des cours romands

T 031 390 88 27 | [cours@sbv-fsa.ch](mailto:cours@sbv-fsa.ch)

**Fédération suisse des aveugles et malvoyants FSA**

Secrétariat général, Könizstrasse 23, Case postale, 3001 Berne

[sbv-fsa.ch](http://www.sbv-fsa.ch/) | [facebook](https://www.facebook.com/sbv.fsa/)

La FSA est titulaire du label de qualité Zewo.