

#12 ACTUALITÉS.

Restauration, retour des Terrasses éphémères.

#25 VIE ASSOCIATIVE.

La Maîtrise de Sainte-Croix de Neuilly.

#40 LIFESTYLE.

Les Caves du Parc, quartier Chézy.

Neuilly

Journal Indépendant.

SOUTIEN AUX UKRAINIENS



FONDÉ EN 1888

N°1307

#MAI 2022

L'INFORMATION
100%
NEUILLY
DEPUIS
1888!

#06. Dossier.

La Seine à Neuilly. Douceur de vivre...



INCRIVEZ-VOUS SUR
NOS RÉSEAUX SOCIAUX !

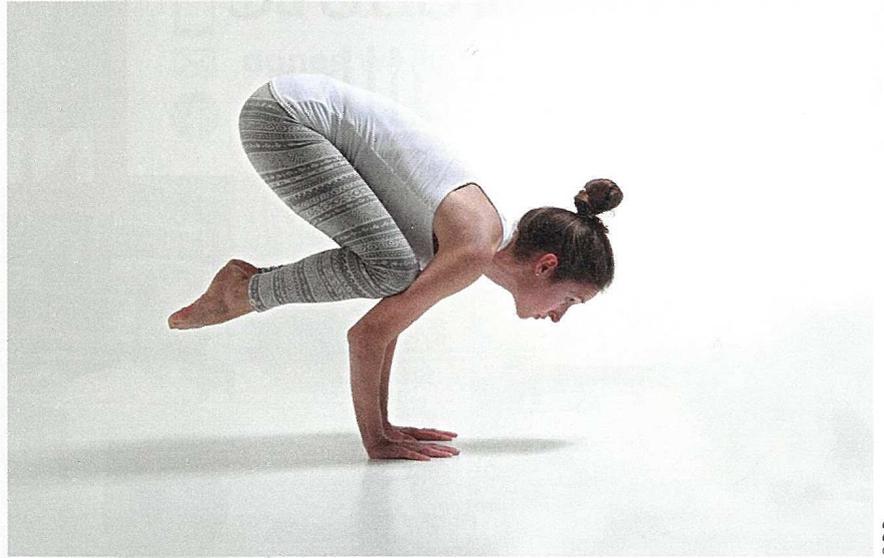
WWW.NEUILLYJOURNAL.COM • MENSUEL • ABONNEMENT ANNUEL 45€ • PRIX AU NUMÉRO 4€

Marie (Yoga For You) et sa famille.

Marie et Vincent se rencontrent en 2003 par l'intermédiaire d'une amie. Leur premier rendez-vous a lieu à l'institut du Monde Arabe où travaille alors Marie. Dix-neuf ans plus tard, ils ont quatre enfants : Louise, Isaure, Justine et Victor.



© D.R.



© D.R.

Ils choisissent d'établir leur base à Neuilly dont ils apprécient l'environnement, à proximité de leurs familles respectives. Chez eux, côté Argenson, ça sent bon la tisane aromatique, les poires et le gâteau au chocolat fait maison.

Vincent est cadre bancaire à la Défense. Sportif, adepte de randonnées, il partage avec sa femme de nombreux points communs comme l'amour des voyages et du lien social.

Marie, altruiste et investie, a donné des cours de français en Egypte et participé au financement d'un puits au Mali, à la frontière du Sénégal. Ce qui lui tient à cœur aujourd'hui, c'est la préservation de la santé notamment par l'alimentation.

Cette ancienne juriste en droit international tombe un jour amoureuse du yoga. Après des années de pratique, elle décide de transmettre à son tour. Formée au centre Paris Yoga, elle se spécialise pendant sa grossesse en prénatal et en postnatal avec la méthode de Bernadette de Gasquet. A la naissance de Justine, Marie crée *Yoga For You* et dispense des cours dans plusieurs maternités (Franco-Britannique, Neuilly Rives de Seine, Foch, Quatre-Villes à Saint-Cloud, Mignot à Versailles, et l'Américain). Des cours pour le personnel hospitalier ou pour les mamans. "Quand j'ai commencé à enseigner le yoga prénatal, il n'y avait pas grand chose dans l'ouest parisien. Les élèves ont tout de suite été au rendez-

vous car les bienfaits sont nombreux et immédiats."

Marie tient à offrir un lieu d'échange et de partage, pour recréer du lien dans ces moments importants de la vie d'une femme, où l'on peut se sentir isolée. Elle prodigue également des séances de massages et étirements maman-bébé à l'hôpital de Neuilly.

Son intérêt pour l'Ayurveda (en sanskrit, "science de la vie") s'inscrit dans la continuité de sa recherche de bien-être. Marie s'y forme, enthousiasmée par la médecine indienne ayant pour piliers principaux : sommeil et alimentation. "J'aide la personne à cerner ce qui ne va pas dans son mode de vie, j'analyse son feu digestif et lui propose d'adapter son alimentation, je conseille aussi des plantes occidentales ou indiennes. C'est principalement comme ça que je soigne ma famille."

Ensemble, ils aiment se promener au parc de Bagatelle, dans la forêt de Marly, au Vésinet ou vers Louveciennes. Et puis, faire du vélo, de la randonnée, un jour peut-être retourner sur le chemin de Stevenson avec les enfants. A l'heure du déjeuner, partager un moment au *café de la Place*, dîner en amoureux chez *Ribote*, traîner à *l'Annexe* pour dévorer bande-dessinées et romans. Isaure fait de l'équitation au *TCF*, Louise du Krav Maga chez *Coach Me By*. Le petit dernier suit ses grandes sœurs, armé de son épée en bois. Tous les six, curieux, fusionnels, avides de découvertes et généreux.

yogaforyou.fr