



Bonjour {{ contact.PRENOM }},

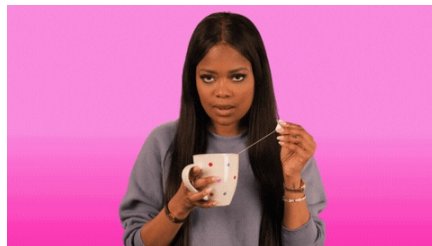
Alors que les vacances d'été se dessinent tranquillement à l'horizon, dans le ciel nocturne, c'est la Pleine Lune des Amoureux qui se dépeint scintillante comme du sable fin et aussi ronde qu'un gros ballon de plage .

A la fin de la semaine, ce sera la dernière fois que retentira la cloche dans les salles de classe et marquera la fin des cours.

Mon bol tibétain résonnera, lui aussi, pour la dernière fois avant une pause pour juillet et août.

En effet, le dernier cours de yoga à la maison de la Pêche a lieu ce jeudi où cette fois, il n'y aura pas de posture, pas d'exercice pour nos yeux, pas de respiration... (enfin le minimum vital quand même, hein ☺), mais le partage de nos traditionnelles tisanes et de quelques biscuits avec les participants de cette année.

Je suis tout de même sûre que la détente sera au rendez-vous (La tisane « bonne nuit ☺zz » est très efficace et grandement plébiscitée ☺).



Voici donc un autre temps qui s'ouvre devant nous .

Qu'on ait de la chance d'avoir des congés, de prendre la fille de l'air ☐, d'aller lézarder sur les plages ou crapahuter en montagne , une autre ambiance flotte dans l'air.

Notre emploi du temps se délite, les gens sont plus détendus et plus disponibles, on retrouve sa famille, ses amis, on redécouvre le plaisir de prendre son temps ... et ça fait du bien !



De mon côté, j'ai la chance d'être en congés à la fin de cette semaine.

Nous partons avec les enfants pour Londres ce samedi où résident mon frère et ma belle-sœur. →☐Pas vraiment de programme bien précis, juste l'envie de profiter d'une escapade dans une chouette capitale européenne.

Pour les enfants, ça va être l'occasion d'explorer une autre culture ! Ils salivent déjà à l'idée d'un bon Fish & Chips dans un pub londonien☐☐☐. Bon, de mon côté, je ne garde pas de souvenirs impérissables de la cuisine anglaise...

J'ai préféré rangé bien loin dans un coin de ma mémoire les baked beans ou l'agneau avec de la sauce à menthe, servis chez ma correspondante anglaise du collègue.

En rentrant, nous faisons un petit crochet par Paris pour voir un autre de mes frères et les enfants partent chez leurs grands-parents dans le Finistère. Quant à moi, je retournerai vers les Pyrénées pour un dernier coup de collier au travail avant la fermeture annuelle de l'entreprise début août. Pour arriver à mon deuxième round de vacances.. Cette fois-ci en Bretagne avec mes enfants, mes parents et mes frères et leur famille !

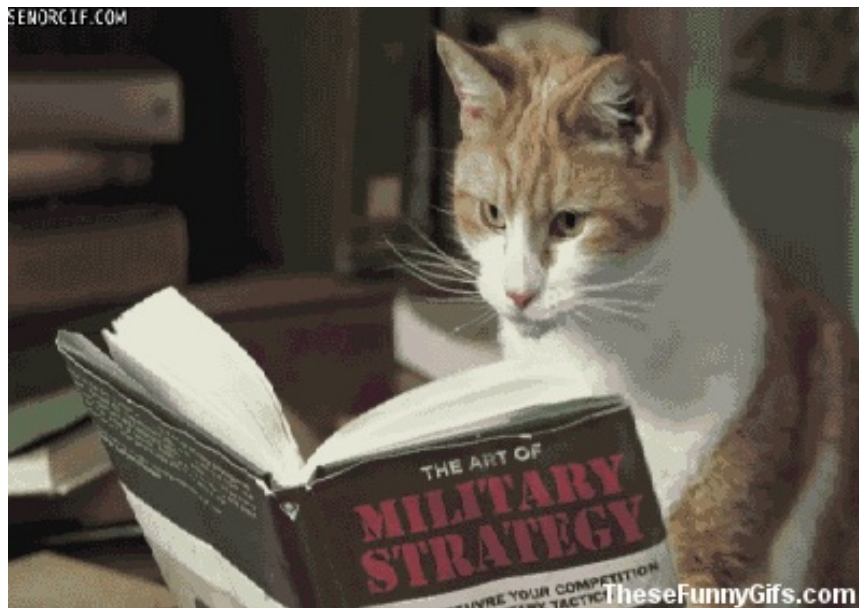
Bref, beaucoup de croisements de en perspectives →□!

Lectures d'été ☺

L'été et les vacances offrent aussi de longues plages de temps libres. Que ce soit sur la sable ou dans les insomnies d'une nuit caniculaire, avant de plonger dans la mer ou de piquer du nez dans les bras de Morphée, quelques chapitres d'un bon roman sont souvent bien rafraichissants pour se mettre dans les meilleures dispositions ♀!

Je suis repassée sur [Goodreads](#) pour faire un petit top 5 des titres que j'ai lus et m'ont marquée (plus ou moins récemment). Les voici :

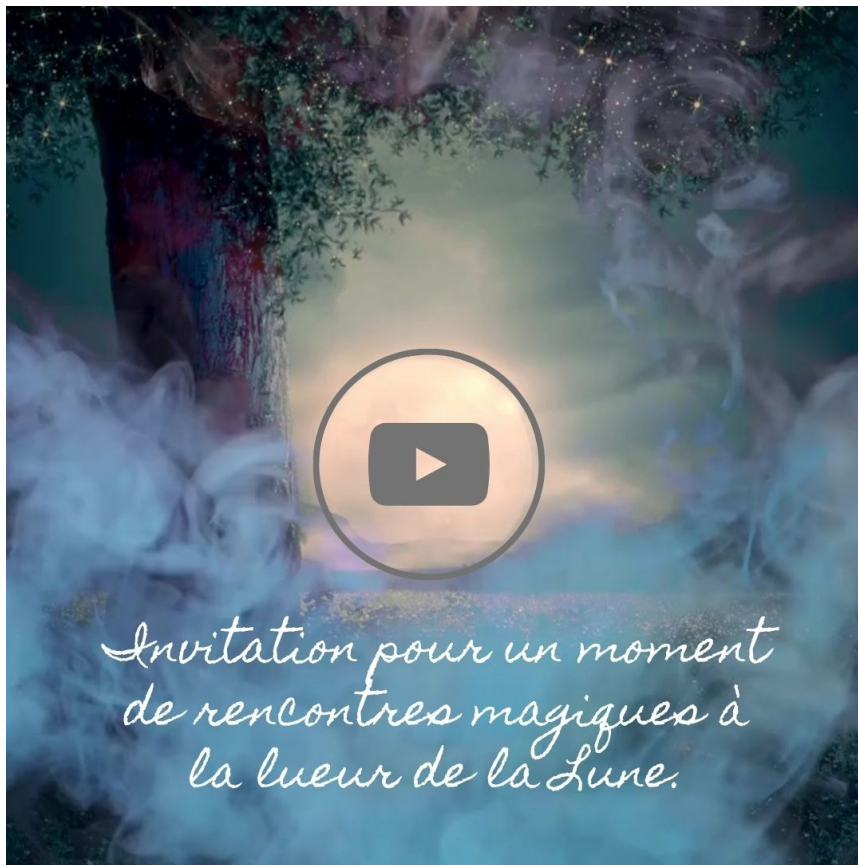
- [The Sun Down Motel](#) de Simone St. James
- [The Other Mothers](#) de Katherine Faulkner
- [Le Petit Copain](#) de Donna Tartt
- [The Push](#)/Entre toutes les mères d'Ashley Audrain
- [In the Woods](#)/La mort dans les bois de Tana French



A Chacun ses centres d'intérêts littéraires... ☺

A moins que vous ayez envie d'un recueil de nouvelles assez personnelles avec la lecture de « Au fil des Lunes » ☺!

Je me suis amusée à faire une vidéo de présentation de ce livre avec en bonus retrouver certains de leurs passages dans ces épisodes que j'ai repris pour mettre des voix sur des protagonistes du roman... saurez-vous reconnaître les [invités](#) ☺ ?!



Enfin pour clôturer cette newsletter, deux citations que j'ai découvertes cette semaine et que j'ai trouvée suffisamment percutantes pour me les noter dans un fichier à la dérobée :

La première relevée dans la newsletter de Dr Laura Marckham de [Aha ! Parenting](#) (qui est une mine d'or de conseils et de partages sur la parentalité):



La seconde dans un de mes nouveaux podcasts favoris « [Generation Do It Yourself](#) » où le dernier épisode recèle de pépites et Sophie Cahen nous explique que :

« *La discipline, c'est savoir choisir entre ce qu'on veut maintenant et ce qu'on veut vraiment.* »



Voilà ce qui m'a fait réfléchir sur les différents petits choix qui ponctuent mon quotidien... encore bien rempli avant les vacances !

Je vous souhaite une très belle Pleine Lune et un rayonnant été !



Merci pour votre lecture 😊
Si vous souhaitez me contacter ou commenter quelque chose, il vous suffit de répondre à ce courriel (ou à tout autre) que je vous envoie.

**Merci
Klervi**

PS : Oups

Ah, oui ! Lors de la dernière newsletter, je me suis trompée dans le lien de téléchargement du livret ☹️
Merci à celles et ceux qui me l'ont signalé ! Pourtant, j'essaye de me relire aussi scrupuleusement... Bref, je me suis sentie revivre une situation qui m'arrive assez souvent au travail et que je trouve très bien imagée par ce montage que vous avez déjà peut-être vu circulant sur le web :



Voici donc le bon lien si cela peut vous servir ☺ et désolée du contretemps :

[Télécharger le livret ☺](#)

On vous a fait suivre cet email ?

Pour s'inscrire aux emails privés, c'est par [ici](#) !



Klervi Grimaud
klerviyoga@gmail.com

www.klerviyoga.com : Enchantez votre quotidien

Cet e-mail a été envoyé à {{ contact.EMAIL }} Vous avez reçu cet email car vous vous êtes inscrit sur Klervi Grimaud.

[Se désinscrire](#)

© 2023 Klervi Grimaud