

Comment s'y rendre :

Entre Marais Poitevin et Futuroscope, en Gâtine, 30 km de Poitiers, 20 km de Parthenay, à Vasles Mouton-Village, une ancienne ferme en sortie de bourg.



"Et si cette année je m'occupais de moi ?

J'ai envie de savoir comment je fonctionne,

j'ai besoin de me libérer de mes préoccupations,

j'ai besoin de me sentir plus légère,

j'ai envie d'aller plus loin.

Cette année, je me prends en main."

Une participante à propos de ce qu'elle vit en Vittoz

La grange madame

8 rue de la Sayette. 79340 Vasles

05 49 69 94 64 / 06 33 06 89 53

Informations détaillées sur :
<http://www.lagrangemadame.com/>

**Avec la méthode
Vittoz**

**« Se poser
pour poser des choix »**

Du 14 au 15 octobre 2017

A la Grange Madame,
à Vasles (Deux-Sèvres 79)

PRESENTATION

Au calme, dans un cadre de verdure,
ce stage se veut un temps pour :

- SE POSER, s'ancrer dans le réel
- PRENDRE du recul,
- METTRE à plus juste distance

le stress, le flot des pensées

* ACCUEILLIR mon réel

et mon agenda tel qu'il est

* ENTENDRE ce qui est essentiel pour
moi et quels sont mes besoins,

* POSER des choix pour l'année



La méthode Vittoz s'appuie sur
des exercices simples et
concrets pris dans la vie quoti-
dienne proposant :

- la redécouverte de nos cinq
sens,
- la conscience de nos actes,
- la concentration,
- la décision

RENSEIGNEMENTS

Week-end animé par

Véronique Soulard 07 50 27 28 93

Thérapeute Vittoz diplômée de
l'IRDC (*), membre de l'AVVA (**),
psychodramatiste

Du samedi 14 octobre 2017 à 9h00
au dimanche 15 octobre à 16h 30

Tarif : 130 euros pour le stage et 5 euros
d'adhésion à l'association

Hébergement : 50 euros

Repas partagés

Possibilité de venir dormir la veille.

(*) www.vittoz-irdc.net

(**) Association Vittoz Vivre Autrement,
association locale de thérapeutes Vittoz

BULLETIN D'INSCRIPTION

Nom :

Prénom :

Adresse :

Tél fixe:

Tél mobile :

E-mail :



A renvoyer au plus tôt

à Véronique Soulard

31 rue du Docteur Roux

79200 Parthenay

Accompagné d'un chèque d'acompte

de 50 € à l'ordre de AVVA