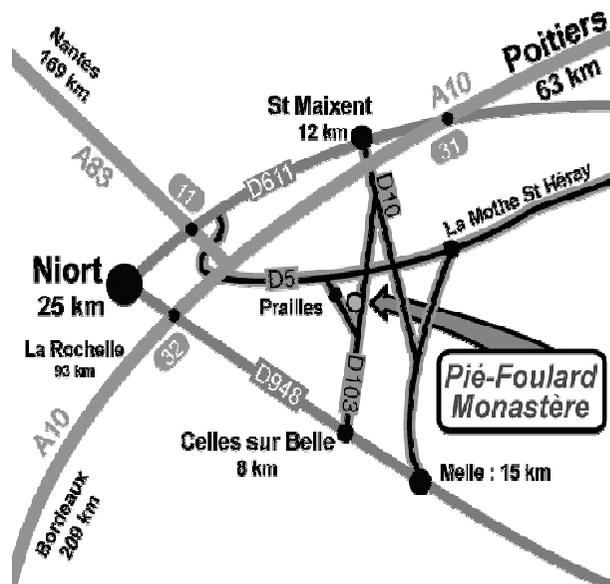


Véronique SOULARD
31 rue du Docteur Roux
79200 PARTHENAY

Comment s'y rendre :

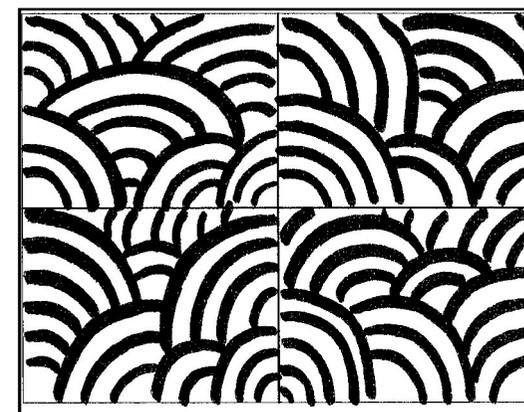


Informations détaillées sur :

<http://www.benedictines-prailles.fr/communaute-plan.html>

« Entends ce qui se dit
en toi.
Ose être toi-même »

Stage Vittoz



Samedi et Dimanche
4 et 5 juin 2016

Au monastère
de Prailles (79)

POUR QUOI ?

- SE POSER,
- APPRENDRE, grâce à la réceptivité, à vivre le moment présent, à mettre à distance le mental, le stress, toutes nos ruminations...
- S'UNIFIER
- ♦ ECOUTER ce qui se dit en soi, accueillir en confiance les zones de lumière et les zones d'ombre
- ♦ S'ACCUEILLIR tel que l'on est, sans jugement
- ♦ PRENDRE ou poursuivre un chemin vers davantage de VIE



COMMENT ?

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

- la redécouverte de nos cinq sens,
- la conscience de nos actes,
- la concentration,
- la décision
- l'écoute de notre ressenti

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 4 juin 2016 à 14 h 00
au dimanche 5 juin 2016 à 16 h 30

Tarif : **140€** pour le stage
(réduction à **110 € pour toute inscription avant le 1^{er} mai**)

Hébergement : entre 35 et 40 €
pour nuit, petit déjeuner et deux repas)



Apporter ses draps pour lit simple
(possibilité de location 5 €)

Prévoir tapis de sol et
vêtements confortables.

(*) 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 :

En quelques mots merci de me dire
quelle est votre expérience du Vittoz :



A renvoyer avant le 25 mai

à Véronique Soulard

31 rue du Docteur Roux

79200 Parthenay

Accompagné d'un chèque d'acompte
de 40 € à l'ordre de AVVA