

## **ATELIER VITTOZ POUR LES ADOS (16/18 ANS)**



**Ces Ateliers Vittoz de pleine conscience seront animés par deux thérapeutes Brigitte Delamaire et Hélène Dulière de Clavière**

**Votre ado est stressé ? fatigué ? il manque de confiance en lui et a des difficultés à se concentrer : cet atelier est fait pour lui.**

**Inscrivez-le au cycle de 10 séances de 1H30 en groupe (max 8 personnes) pour améliorer la concentration, la mémorisation, l'accueil des émotions et retrouver calme et sérénité.**

**Les dates : 24 novembre 2021, 1/8/15 décembre 2021, 12/19/26 Janvier 2022, 2/9/16 Février 2022.**

**Les séances démarrent à 18H30 et se terminent à 20H00.**

**Le prix pour le cycle de 10 séances est de 300 euros**

**Le lieu est : Bosveldweg 53, 1180 Bruxelles (Uccle)**