

# Ateliers Vittoz

## Retrouver les commandes de son cerveau

6 ateliers (adultes) à découvrir selon vos envies, le jeudi:

30 €/atelier

23 mai (14h-16h) :

L'accueil sensoriel :  
Un repos pour mon cerveau

30 mai (9h-11h) :

La concentration, de l'éparpillement à l'unité :  
Un temps pour se recentrer

6 juin (14h-16h) :

Cerveau encombré :  
Comment le libérer ?

13 juin (9h-11h) :

Le goût de la vie :  
Nourrir l'équilibre de son cerveau au quotidien

20 juin (9h-11h) :

La volonté en sensation :  
Vouloir et sentir que l'on veut

27 juin (14h-16h) :

Etat actif - état passif :  
Me sentir aux commandes de mon cerveau

**Renseignements et inscriptions :**

**Marie Desroche : 07.68.02.37.28 ou Michel Lewandowski : 06.84.10.35.57**

**Praticiens de la méthode Vittoz**