

---

## Conditions générales du stage

**Ce stage est destiné aux personnes ayant déjà pratiqué les exercices de la méthode Vittoz en séances individuelles ou en groupe.**

**Le thème de la journée est l'affirmation de soi. Il s'agit, à travers la pratique d'exercices Vittoz, de contacter la force d'être soi-même.**

**Le nombre de participants est limité à 6 personnes.**

**Coût : 100 € (hors repas)**

**Date : 25 Juin 2022**

### **Horaires :**

**Samedi : 9h 30- 12h / 13h30 - 16h30**

### **Lieu :**

**8, Place Hoche,  
Escalier C, 3ème étage gauche  
78000 VERSAILLES**

**Votre inscription vous sera confirmée après réception de votre bulletin d'inscription.**

---

## Contact



### **Mounia BOURI**

Thérapeute VITTOZ Certifiée

8 Place Hoche

78000 VERSAILLES

06 79 18 05 43

[mouniabori@gmail.com](mailto:mouniabori@gmail.com)

[www.mouniabori.fr](http://www.mouniabori.fr)

Siret : 538 944 653 00012

---

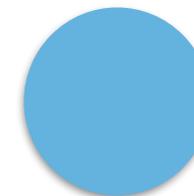
## Inscription à la Journée Vittoz : « L'affirmation de soi »

**25 Juin 2022**

## La méthode VITTOZ

### UN ART DE VIVRE

### UNE PREVENTION



---

## Bulletin d'inscription au Stage « L’Affirmation de soi »

A renvoyer à : Mounia BOURI 8 Place  
Hoche - 78000 VERSAILLES

NOM et Prénom :

.....

Adresse :

.....  
.....  
.....

Email :

Téléphone :

Je joins un chèque de 100 € à l'ordre  
de Mounia BOURI - Le chèque ne sera  
encaissé qu'après la journée.

Je souhaite une facture

Date :

Signature :

---

## La méthode VITTOZ

**peut**

**vous**

**aider à :**

---

➤ Développer votre capacité de  
présence à vous-même, aux autres  
et à votre environnement

➤ Améliorer votre attention,  
votre concentration et votre mé-  
moire

➤ Exercer plus justement votre  
pensée, vos choix

➤ Accueillir vos émotions et  
gérer votre stress

➤ Retrouver une confiance, un  
calme intérieur et une estime de  
vous-même

➤ Trouver une détente corpo-  
relle et psychique

➤ Ne plus subir mais devenir  
acteur de votre vie

---