



Une rentrée sans  
stress avec les  
groupes  
**FoVea,**  
et si vous  
essayiez ?

**Pour une rentrée différente avec  
Vittoz :**

**Adultes-Deux propositions de 8  
rencontres hebdomadaires :**

du 17 sept-19 nov 2019 9h15-11h15  
du 19 sept au 21 nov 2019 20h00-22h00

**Enfants-12 rencontres  
hebdomadaires:**

du 17 sept au 12 dec 2019

**A Libourne :** 51 rue Pasteur

**Tarif :** 200 euros le cycle

**Renseignements et inscriptions**

Bénédicte Mogenet/Florence Agède  
Thérapeutes Vittoz

06 89 81 41 22/ 06 70 47 74 52

[benedicte-mogenet@ozam.cc](mailto:benedicte-mogenet@ozam.cc)

[florence-agede@ozam.cc](mailto:florence-agede@ozam.cc)

Découvrez des outils pratiques et faciles à intégrer dans votre quotidien (accueil des 5 sens, détente, respiration, attention, concentration...).

Améliorez votre équilibre physique, mental et émotionnel pour une meilleure qualité de vie.

**Le programme FoVea-Vittoz** fait l'objet d'une étude scientifique pilotée par Rebecca Shankland de l'université de Psychologie de Grenoble, en collaboration avec:

**[l'Institut Vittoz - IRDC.](#)**

**OzAM**  
Osez aller mieux  
<https://ozam.cc/fovea>