

Conférence, rencontre & vernissage

Autour du livre “**Le soin de soi**” et de la méthode VITTOZ

14 mars 2025

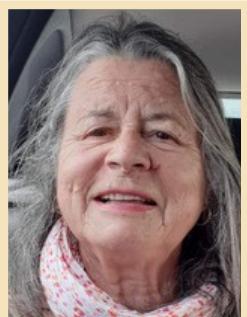
Au Centre Spirituel du Hautmont
31 rue Mirabeau - 59420 MOUVAUX

Programme

Accueil 17H30 au Centre Spirituel du Hautmont (Chalet haut)



Présentation du livre “**Le soin de soi**” par l'autrice **Lorraine Content**, psychologue et thérapeute Vittoz.



Présentation vidéo du travail mené en atelier Vittoz par **Chantal De Lalande**, artiste.



Témoignage d'**Anne Halgand** sur son travail de peinture depuis sa première session Vittoz jusqu'à l'exposition “**Aller vers soi**” actuellement visible au Centre.

La soirée se poursuivra par la visite commentée de l'exposition des œuvres d'Anne Halgand et une séance de dédicace du livre “Le soin de soi” lors d'un temps convivial.