

Bettina et son jardin d'adultes

Un itinéraire intrigant, du café-théâtre à la thérapie, en passant par les tables d'hôte. Bettina a de l'imagination à revendre.

La façade de la petite maison de la rue des Fidèles, en plein centre de la commune, donne déjà la couleur de ce qui se passe à l'intérieur. De la couleur, il y en a, des affichettes, des dessins, des ballons, des masques... La raison sociale affichée est double, "Du côté de chez moi" et "Vise vers ça". A l'intérieur, les peintures et dessins de la maîtresse de céans, Bettina Oselka, sur lesquels veille le chat Félix. Pas facile de mettre dans une case toutes les activités qu'elle pratique et propose, sous l'étiquette générale de développement personnel, espace de rencontres, harmonisation de la personnalité et thérapie par l'art. Tables d'hôtes aussi et bientôt danses de salon et atelier d'écriture! Bettina Oselka a des planches et un sourire contagieux, elle semble prendre beaucoup de plaisir à battre les cartes devant vous pour les brouiller avec plus de sûreté. En fait, cette femme-là n'aime ni les étiquettes ni les cadres dont on sort difficilement. Elle a été pendant des années de l'aventure café-théâtre de Côté



Village, que continue Jack Levi, puis, après séparation, s'est lancée dans une formation de psychologie comportementale cognitive, ce qui ne l'a pas empêchée d'animer une "petite Star Academy" pendant sept ans. Pour finir (enfin, finir...), par s'orienter aujourd'hui vers l'Art Thérapie, pour sortir d'un cadre qu'elle ressentait trop carré malgré son orientation

Jungienne vers la spiritualité. "Si je dois évoluer dans un cadre, j'aime qu'il soit sans angles, rond, amical. Du côté de chez moi, c'est comme à la maison, on s'y amuse, on y mange, on y rit, on partage des moments d'écoute, on s'émeut, on apprend et échange nos expériences de vie. Ce n'est pas en une heure qu'on peut décider que la personne en face de soi est le thérapeute qui vous convient: ici, dans des activités ludiques et amusantes comme le théâtre, le chant, les contacts se nouent, les langues se délient et la confiance s'installe. Après, si elles le veulent, les personnes viennent me voir en privé." L'Art-Thérapie est donc, à ses yeux, l'art d'amener la thérapie dans

une relation et d'établir le dialogue là où le premier contact est parfois réfrigérant. Tout un art, en effet.

Sur rendez-vous: 0474933197
Bettina Oselka - www.versca.be
Porte ouverte le 3 juin dès 15 h,
pour la brocante du quartier.

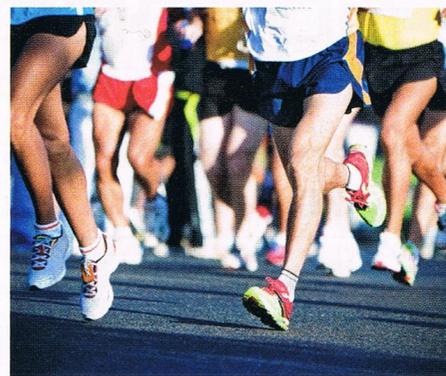
100

TraKKs on y court tous !



TraKKs, nouveau magasin ouvert au Vivier d'Oie et consacré au running, trail et sports 'outdoor' est une belle réponse à ce boom. A l'origine de ce projet, la sportive de haut niveau Catherine Lallemand (trois fois victorieuse des 20km de BXL mais également des 10km d'Uccle en 2011) et Christophe Thomas, tous deux grands passionnés et partageant cette envie de proposer un concept inédit destiné à répondre aux attentes des marcheurs et coureurs. Logé dans un magnifique

espace de 275 m² situé à moins de 400m de la Forêt de Soignes, TraKKs propose une gamme d'équipement et de matériel complète et dernières tendances mais aussi une multitude de services tels que conseils, analyse de votre foulée, informations, adresses, sorties, conférences et programmes de coaching ... TraKKs est le partenaire des 10km d'Uccle et propose à tous les coureurs, débutants ou initiés, des plan d'entraînement personnalisés de préparation.



Photos © DR

Informations sur www.trakks.be
 Chaussée de Waterloo 1165b,
 1180 Bruxelles (Uccle - Vivier d'Oie)
 Ouvert du lundi au samedi
 de 09h30 à 19h00
 T&F : 02 374 67 76
shop@trakks.be
 Parking privé avenue Latérale
www.trakks.be

trakks 
 running | trail | outdoor