

CCCM - Formation AKOUO - Atelier VITTOZ
programme 2025/2026

DATES	1 ^{er} cycle	2 ^{ème} cycle année A
COURS Samedi 20 Septembre 2025 Présentiel	8H 30 -10H15 : Vittoz Théorique = introduction, Biographie. 10H15-10H30 : Pause. 10H30-12H30 : Apprentissage des exercices : Le toucher.	8H 30 -10H15 Psychologie : Enfance- adolescence. 10H15-10H30 Pause 10H30-12H15 : Vittoz Théorique= La Réceptivité extéroceptive 12H30-13H30 : Repas. 13H30-15H30 : Vittoz Appliqué.
COURS Samedi 04 Octobre 2025 Distanciel	8H 30 -10H15 : Vittoz Théorique = psychopathologie 1. 10H15-10H30 : Pause. 10H30-12H15 : Psychologie : les caractéristiques du praticien VITTOZ. 12H30-13H30 : Repas. 13H30-15H30 : Apprentissage des exercices : la vue	8H 30 -10H15 : Vittoz Théorique = La Concentration extéroceptive 10H15-10H30 : Pause. 10H30-12H30 : Vittoz Appliqué.
COURS Samedi 08 Novembre 2025 Distanciel	8H 30 -10H15 : Vittoz Théorique = psychopathologie 2. 10H15-10H30 : Pause. 10H30-12H30 : Apprentissage des exercices : L'ouïe.	8H 30 -10H15 : Psychologie : Crise du milieu de vie. 10H15-10H30 : Pause. 10H30-12H15 : Vittoz Théorique= Graphiques. 12H30-13H30 : Repas. 13H30-15H30 : Vittoz Appliqué.

SÉMINAIRE Samedi 06 Dimanche 07 Décembre 2025 Présentiel	SAMEDI 08h30-09h Accueil 9h-12h15 <u>séminaire de Psychologie :</u> *année 2 : « Vraie et fausse culpabilité. ». 12H30-13H45: Repas. 14h-16h : Pratique Vittoz := exercices (3 fois 40mn). 16H00-16H30 : Pause. 16h30-18h30: Pratique Vittoz ; exercices (3 fois 40mn). 18h30-19h : échange autour du vécu de la journée. 19h15-20h15 Repas.+ Soirée échange = Questions libres sur le Vittoz autour d'une tisane ou d'un café. 21h fin de journée, dispersion. DIMANCHE 08h-08h30 petit déjeuner en commun 8h30-09h 30: Évaluation 2ème cycle- échanges, questions premier cycle . 09h30-10h corrections
--	---

	10h-11h : Pratique Vittoz := exercices (2 fois 30mn). 11h-12h30 : office/ temps libre 12h30-13h45 : Repas. 14h-15h30 : Pratique Vittoz :Exercices (3fois 30mn) 15h30-16h 30 débriefing. 16h30 fin du WE
--	---

COURS Samedi 10 Janvier 2026 Distanciel	8H 30 -10H15 : Vittoz Théorique = psychopathologie 3. 10H15-10H30 Pause. 10H30-12H15 Psychologie : Les besoins fondamentaux. 12H30-13H30 Repas. 13H30-15H30 : Apprentissage des exercices : Goût et odorat.	8H 30 -10H15 : Vittoz Théorique= Actes Conscients en général + marche 10H15-10H30 : Pause. 10H30-12H30 :Vittoz Appliqué.
COURS Samedi 07 Février 2026 Distanciel	8H 30 -10H15 : Vittoz Théorique = psychopathologie 4. 10H15-10H30 : Pause. 10H30-12H30 : Apprentissage des exercices : synthèse réceptivité extéroceptive+ introduction à la réceptivité intéroceptive : la respiration.	8H 30 -10H15 : Psychologie : La Vieillesse- Le Deuil. 10H15-10H30 : Pause. 10H30-12H15 : Vittoz Théorique Décentration- Élimination . 12H30-13H30 : Repas. 13H30-15H30 : Vittoz Appliqué.

SÉMINAIRE Samedi 14 Dimanche 15 Mars 2026 Présentiel	SAMEDI 08h30-09h Accueil 09h-12h15 séminaire Psychiatrie Année 2 : « .la psychose » 12H30-13H45: Repas. 14h-16h : Pratique Vittoz := exercices (3 fois 40mn). 16H00-16H30 : Pause. 16h30-18h30: Pratique Vittoz ; exercices (3 fois 40mn). 18h30-19h : échange autour du vécu de la journée. 19h15-20h15 Repas.+ Soirée échange = Questions libres sur le Vittoz autour d'une tisane ou d'un café. 21h fin de journée, dispersion. DIMANCHE 08h-08h30 petit déjeuner en commun 8h30-09h 30: Évaluation pour les deux cycles 09h30-10h corrections 10h-11h : Pratique Vittoz := exercices (2 fois 30mn). 11h-12h30 : office/ temps libre 12h30-13h45 : Repas. 14h-15h30 : Pratique Vittoz :Exercices (3fois 30mn) 15h30-16h 30 débriefing. 16h30 fin du WE
--	---

COURS Samedi 04 Avril 2026 Distanciel	8H 30 -10H15 : Vittoz Théorique = contrôle et incontrôle cérébral. 10H15-10H30 : Pause. 10H30-12H15 : psychologie : Transfert et contre transfert. 12H30-13H30 : Repas. 13H30-15H30 : Apprentissage des exercices : réceptivité somesthésique.	8H 30 -10H15 : Vittoz Théorique = La volonté. 10H15-10H30 : Pause. 10H30-12H30 : Vittoz Appliqué.
COURS Samedi 09 Mai 2026 Distanciel	8H 30 -10H15 : Vittoz Théorique = La vibration. 10H15-10H30 : Pause. 10H30-12H30 : Apprentissage des exercices : synthèse	8H 30 -10H15 : Psychologie : Les Émotions. 10H15-10H30 : Pause. 10H30-12H15 : Vittoz théorique : le traitement psychique. 12H30-13H30 : Repas. 13H30-15H30 : Vittoz Appliqué.

SÉMINAIRE Samedi 13 Dimanche 14 JUN 2026 Présentiel	SAMEDI 08H30-09H accueil 9h-12h30 séminaire de psychologie : année 2 « Ces croyances qui nous illusionnent : croyances nécessaires ou néfastes ? » 12H30-13H45: Repas. 14h-16h : Pratique Vittoz := exercices (3 fois 40mn). 16H00-16H30 : Pause. 16h30-18h30: Pratique Vittoz ; exercices (3 fois 40mn). 18h30-19h : échange autour du vécu de la journée. 19h15-20h15 Repas.+ Soirée échange = Questions libres sur le Vittoz autour d'une tisane ou d'un café. 21h fin de journée, dispersion. DIMANCHE 08h-08h30 petit déjeuner en commun 8h30-09h 50: Évaluation finale tous les cycles 10h-11h : Pratique Vittoz := exercices (2 fois 30mn). 11h-12h30 : office/ temps libre 12h30-13h45 : Repas. 14h-15h30 : Pratique Vittoz :Exercices (3fois 30mn) 15h30-16h-30 débriefing sur l'année écoulée 16h30 fin du WE
--	--