

CCCM – Formation AKOUO – Atelier VITTOZ

Programme 2026 / 2027

DATE / FORMAT	1er CYCLE	2ème CYCLE – Année B
COURS Samedi 19 Septembre 2026 DISTANCIEL	8H30 – 10H15 : Vittoz Théorique → Introduction, Biographie 10H15 – 10H30 : Pause 10H30 – 12H30 : Apprentissage des exercices → Le toucher	8H30 – 10H15 : Psychologie — Angoisse 10H15 – 10H30 : Pause 10H30 – 12H15 : Vittoz Théorique → La Réceptivité somesthésique 12H30 – 13H30 : Repas 13H30 – 15H30 : Vittoz Appliqué
COURS Samedi 03 Octobre 2026 DISTANCIEL	8H30 – 10H15 : Vittoz Théorique → Psychopathologie 1 10H15 – 10H30 : Pause 10H30 – 12H15 : Psychologie → Caractéristiques du praticien Vittoz 12H30 – 13H30 : Repas 13H30 – 15H30 : Apprentissage des exercices → La vue	8H30 – 10H15 : Vittoz Théorique → La Concentration somesthésique 10H15 – 10H30 : Pause 10H30 – 12H30 : Vittoz Appliqué
COURS Samedi 07 Novembre 2026 DISTANCIEL	8H30 – 10H15 : Vittoz Théorique → Psychopathologie 2 10H15 – 10H30 : Pause 10H30 – 12H30 : Apprentissage des exercices → L'ouïe	8H30 – 10H15 : Psychologie → Mécanismes de défense 10H15 – 10H30 : Pause 10H30 – 12H15 : Vittoz Théorique — Influx 12H30 – 13H30 : Repas 13H30 – 15H30 : Vittoz Appliqué
SÉMINAIRE Sam. 05 – Dim. 06 Décembre 2026 PRÉSENTIEL	SAMEDI 8H30 – 9H00 : Accueil 9H00 – 12H15 : Séminaire de Psychologie → Année 3 : « Le meilleur de soi : de l'estime à la confiance » 12H30 – 13H45 : Repas 14H00 – 16H00 : Pratique Vittoz — exercices (3 × 40 min) 16H00 – 16H30 : Pause 16H30 – 18H30 : Pratique Vittoz — exercices (3 × 40 min) 18H30 – 19H00 : Échange autour du vécu de la journée 19H15 – 20H15 : Repas + Soirée échange — questions libres autour d'une tisane ou d'un café 21H00 : Fin de journée DIMANCHE 8H00 – 8H30 : Petit déjeuner en commun 8H30 – 9H30 : Évaluation 2e cycle — échanges et questions 1er cycle 9H30 – 10H00 : Corrections 10H00 – 11H00 : Pratique Vittoz — exercices (2 × 30 min) 11H00 – 12H30 : Office / Temps libre 12H30 – 13H45 : Repas 14H00 – 15H30 : Pratique Vittoz — exercices (3 × 30 min) 15H30 – 16H30 : Débriefing 16H30 : Fin du week-end	

<p>COURS Samedi 09 Janvier 2027 DISTANCIEL</p>	<p>8H30 – 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</p>	<p>8H30 – 10H15 : Vittoz Théorique → Actes conscients en général + lecture à haute voix 10H15 – 10H30 : Pause 10H30 – 12H30 : Vittoz Appliqué</p>
<p>COURS Samedi 06 Février 2027 DISTANCIEL</p>	<p>8H30 – 10H15 : Vittoz Théorique → Psychopathologie 4 10H15 – 10H30 : Pause 10H30 – 12H30 : Apprentissage des exercices → Synthèse réceptivité extéroceptive → Introduction réceptivité intéroceptive : la respiration</p>	<p>8H30 – 10H15 : Psychologie → Gestion de la souffrance 10H15 – 10H30 : Pause 10H30 – 12H15 : Vittoz Théorique → Élimination – Déconcentration 12H30 – 13H30 : Repas 13H30 – 15H30 : Vittoz Appliqué</p>
<p>SÉMINAIRE Sam. 06 – Dim. 07 Mars 2027 PRÉSENTIEL</p>	<p>SAMEDI 8H30 – 9H00 : Accueil 9H00 – 12H15 : Séminaire Psychiatrie — Année 3 : La névrose 12H30 – 13H45 : Repas 14H00 – 16H00 : Pratique Vittoz — exercices (3 × 40 min) 16H00 – 16H30 : Pause 16H30 – 18H30 : Pratique Vittoz — exercices (3 × 40 min) 18H30 – 19H00 : Échange autour du vécu de la journée 19H15 – 20H15 : Repas + Soirée échange — questions libres autour d'une tisane ou d'un café 21H00 : Fin de journée</p> <p>DIMANCHE 8H00 – 8H30 : Petit déjeuner en commun 8H30 – 9H30 : Évaluation pour les deux cycles 9H30 – 10H00 : Corrections 10H00 – 11H00 : Pratique Vittoz — exercices (2 × 30 min) 11H00 – 12H30 : Office / Temps libre 12H30 – 13H45 : Repas 14H00 – 15H30 : Pratique Vittoz — exercices (3 × 30 min) 15H30 – 16H30 : Débriefing 16H30 : Fin du week-end</p>	
<p>COURS Samedi 03 Avril 2027 DISTANCIEL</p>	<p>8H30 – 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</p>	<p>8H30 – 10H15 : Vittoz Théorique → Le stress, la relaxation 10H15 – 10H30 : Pause 10H30 – 12H30 : Vittoz Appliqué</p>

<p>COURS Samedi 22 Mai 2027 DISTANCIEL</p>	<p>8H30 – 10H15 : Vittoz Théorique → La vibration 10H15 – 10H30 : Pause 10H30 – 12H30 : Apprentissage des exercices → Synthèse</p>	<p>8H30 – 10H15 : Psychologie → Psychopathologie 10H15 – 10H30 : Pause 10H30 – 12H15 : Vittoz Théorique — La respiration 12H30 – 13H30 : Repas 13H30 – 15H30 : Vittoz Appliqué</p>
<p>SÉMINAIRE Sam. 05 – Dim. 06 Juin 2027 PRÉSENTIEL</p>	<p>SAMEDI 8H30 – 9H00 : Accueil 9H00 – 12H30 : Séminaire de Psychologie → Année 3 : « Traverser les traumatismes et rester acteur de sa vie » 12H30 – 13H45 : Repas 14H00 – 16H00 : Pratique Vittoz — exercices (3 × 40 min) 16H00 – 16H30 : Pause 16H30 – 18H30 : Pratique Vittoz — exercices (3 × 40 min) 18H30 – 19H00 : Échange autour du vécu de la journée 19H15 – 20H15 : Repas + Soirée échange — questions libres autour d'une tisane ou d'un café 21H00 : Fin de journée</p> <p>DIMANCHE 8H00 – 8H30 : Petit déjeuner en commun 8H30 – 9H50 : Évaluation finale — tous les cycles 10H00 – 11H00 : Pratique Vittoz — exercices (2 × 30 min) 11H00 – 12H30 : Office / Temps libre 12H30 – 13H45 : Repas 14H00 – 15H30 : Pratique Vittoz — exercices (3 × 30 min) 15H30 – 16H30 : Débriefing sur l'année écoulée 16H30 : Fin du week-end</p>	