

VOUS SOUHAITEZ
ENRICHIR
VOTRE PRATIQUE
PROFESSIONNELLE ?

OU VOUS DÉSIREZ
VOUS RECONVERTIR ?



Devenez praticien
de la méthode Vittoz!

Prochaine
Promo
septembre 2025

Nombre de places
limité



Qu'est-ce-que la méthode Vittoz ?

La méthode Vittoz est une psychothérapie à médiation corporelle qui s'adresse aux adultes, adolescents et enfants.

Par des exercices concrets intégrés au quotidien, elle permet d'apprendre à :

- ⇒ Mieux réguler ses pensées, émotions et sensations, et diminuer les symptômes de stress ou de dépression
- ⇒ Développer sa conscience du moment présent, de soi et de son environnement pour vivre plus pleinement corps, âme, esprit.
- ⇒ Optimiser ses facultés d'attention, de concentration, d'organisation, de détente pour mieux gérer son quotidien
- ⇒ Renforcer sa capacité de choisir, de décider et d'agir.

En pratique préventive ou thérapeutique, elle convient particulièrement :

- ⇒ aux personnes qui cherchent un soutien pour avancer dans leur vie, qui manquent d'estime et de confiance en elles et désirent faire un travail personnel en associant approches corporelle et verbale.
- ⇒ aux enfants et adolescents pour les accompagner dans leur croissance et les aider à surmonter leurs difficultés.

Une formation pour quel projet ?

Pour enrichir votre pratique professionnelle ou concrétiser votre reconversion, l'Institut de Formation de l'Association Roger Vittoz propose 4 week-ends à Paris pour :

- ⇒ Approfondir les fondamentaux de la méthode Vittoz,
- ⇒ Discerner si vous souhaitez poursuivre par le cycle de formation professionnelle (4 ans).

POUR EN SAVOIR PLUS : <https://www.therapie-vittoz.org/-Le-cursus-de-formation>

CONTACT : Laurence de Vergnette

Tél : 06 14 60 93 13

Courriel : laurence@vergnette.fr

Site Internet de l'Association Roger Vittoz : www.therapie-vittoz.org