



Origine et intérêt de la méthode Vittoz

Référence : 71Cf1 - Domaine : [Méthode Vittoz](#)

Vous perdez souvent vos clés . . .

Vous n'avez pas confiance en vous, vous n'arrivez pas à faire des choix . . .

Vos idées tourbillonnent, vous ne dormez plus ou pas bien . . .

Vos émotions vous font perdre pied et vous n'arrivez pas à réagir . . .

Venez découvrir le Docteur Roger Vittoz, son histoire et la façon dont il a construit sa méthode faite pour rétablir un équilibre et vous permettre de vivre sereinement.

Objectifs :

Présenter de manière théorique et pratique la méthode Vittoz afin de de comprendre comment le contrôle cérébral permet de gérer ses émotions.

Contenus :

Voir « En savoir plus » : la [méthode Vittoz](#)

Forme : **Conférence**

Public :
Tout public

Pré-requis : Néant

Intervenant habilité :
Marie-Charlotte CLERF

Tarifs : [Nous contacter](#)

"Tout l'homme et tous les hommes"



**Institut Européen
de Développement Humain**

65 av Paul Doumer
92 500 Rueil-Malmaison
Tel : 01 71 03 74 96
Email : contact@iedh.fr
Site web : www.iedh.fr

Association (Loi 1901)
Organisme de Formation N° 11910415291
SIRET 421 422 130 00045

Retrouvez cette fiche sur le site IEDH ou [en cliquant ici](#).

Fiché éditée le : 13/12/2025