

« La joie est le passage de l'homme d'une moindre à une plus grande perfection ».

Cette proposition de Spinoza nichée au creux du chapitre III de son Ethique résume notre ressenti joyeux devant les conséquences de la publication du livre co-écrit avec Bruno Suarez et édité par Odile. Jacob : Du nouveau dans l'hypnose ; les TAC.

Ce livre, qui s'évertue à progresser vers l'inaccessible étoile de la perfection, décrit notre travail d'élaboration, de modelage, d'adaptation, d'une ancienne et vénérable matière, l'hypnose, pour aboutir à un nouveau produit, les techniques d'Activation de l'Attention et de la Conscience (TAC).

L'apôtre Mathieu écrit « Nous jugeons la qualité d'un arbre à la beauté de ses fruits ». Cette qualité, nous la mesurons sur une réalité concrète observée depuis la sortie du livre au mois de mars dernier : le courrier des lecteurs. Ces nombreux courriers portent les commentaires qui décrivent les aspects de l'ouvrage qui ont marqué notre lectorat. Quatre points ont particulièrement intéressé les lecteurs : la simplicité de la technique, les bases scientifiques modernes, les descriptions de cas cliniques et la force des exercices d'auto-activation. Je reprends ces quatre points.



La simplicité.

Pierre Lelong, Bruno Suarez et moi-même fûmes formés à l'hypnose ericksonienne au XXème siècle, berceau de nos premiers pas de jeunes thérapeutes et riche terreau pour nos idées. A l'aube du nouveau siècle nous dépoussiérons, avec respect, cette technique. Le terreau se métamorphose en marbre brut sur lequel nos maillets et ciseaux travaillent pendant une décennie. La sculpture qui émerge présente dix facettes épurées : les dix points techniques des TAC. Nous éprouvons ce que le génial artiste florentin, Michel-Ange, a décrit : « J'ai vu un ange dans le marbre et j'ai seulement ciselé jusqu'à l'en libérer ». Cette orientation vers l'épuration et la simplification nous la devons essentiellement à l'amicale rencontre d'Alain Berthoz il y a un quart de siècle . En partageant son expérience de scientifique de haut niveau, ce noble personnage du Collège de France nous a fait gagner un demi-siècle de labeur.



Les neuro-sciences.

Au crépuscule du XXème siècle, l'arrivée simultanée de Stanislas Dehaene et de Bruno Suarez dans notre environnement va créer une impulsion créatrice, source de nombreux travaux de recherche qui vont consolider la base des TAC. Dans le domaine des mécanismes expliquant le fonctionnement de la conscience, le Pr Dehaene dit : « nous en sommes à la préhistoire de nos connaissances ».

Cependant, le principal apport de ces modernes paradigmes est la destruction de dogmes qui ont ligoté notre esprit intuitif tout au long du siècle dernier. La moitié



de notre travail de simplification fut l'abandon de ces croyances (inconscient/subconscient, dissociation, amnésie, cerveau reptilien...). La seconde moitié fut l'apport et l'utilisation clinique de nouvelles connaissances (cerveau neuro-glial, connectome, agentivité, proprioception, microbiote, titine...). Les neuro-sciences ouvrent l'esprit et sont rejetées par les gourous qui prospèrent dans le champ du mystérieux. Elles montrent aussi leurs limites et ne remplaceront jamais l'empathie, l'observation clinique et le lien de confiance entre patient et thérapeute. Si Freud ou Erickson étaient encore parmi nous, ils utiliseraient ces nouvelles connaissances pour développer leurs belles

théories

Les cas cliniques.

La clinique et le patient sont les solides gardiens qui encadrent la porte d'entrée de l'édifice TAC et qui, comme le Sphinx, posent une seule question au visiteur :



« Ton intention en étudiant et en utilisant les TAC est-elle orientée vers l'amélioration du confort chez le patient ? ». Là, réside l'essentiel de notre approche : offrir aux patients un outil de confort, complémentaire des autres moyens thérapeutiques. Je tiens à remercier les patients qui, par leurs intelligentes remarques, sont pour nous une inépuisable ressource d'idées novatrices. Ils en sont ensuite les premiers bénéficiaires. Comme vous le

lirez dans la rubrique *Courrier des lecteurs* de cette lettre, les TAC, en gériatrie, offrent une possibilité de diminuer les doses de médicaments en limitant ainsi les effets secondaires, sans altérer les bénéfices.

L'auto-activation.

Nous exposons en fin d'ouvrage 23 exercices d'auto-activation. Nous savions que cette pratique de l'auto-activation renforce le travail proposé par le praticien en cabinet. J'ai déjà reçu des courriers de lecteurs satisfaits de l'utilisation de cette méthode. La plupart sont déjà formés à notre technique. Je suis stupéfait du résultat rapporté par les lecteurs qui ne connaissent rien à l'univers des TAC et qui pratiquent les exercices sans avoir bénéficié d'une séance avec un professionnel. Les plus satisfaits sont les migraineux, les fibromyalgiques, les insomniaques et les personnes souffrant de douleurs vertébrales. Je remarque que la simplicité de la technique proposée favorise leur pratique et, par conséquent, leur action bénéfique.

Le livre fut rédigé, édité et publié : c'est le **passé**.

Il plaît : c'est le **présent**.

J'en ai suffisamment parlé et n'en parlerais plus dans les prochaines lettres car le plus important pour les TAC c'est le **futur**.

Un **futur** que vous retrouverez sous sa forme grammaticale de **passé immédiat** en découvrant dans cette lettre l'enregistrement vidéo de la Troisième Journée Scientifique du CITAC. Avec l'autorisation de la Faculté de Médecine de Bicêtre nous avons réussi à maintenir cet événement devant un public, « sélectionné », d'une centaine d'auditeurs. Les dix orateurs nous ont offert un riche programme, des thèmes novateurs exposés avec l'agréable mélange de sérieux et d'humour qui définit l'esprit du CITAC.

Un **futur** qui nous permet de suivre d'un œil attentif les six études TAC en cours en attendant les premières publications prévues à la rentrée.

Un **futur** qui va nous permettre de recevoir une centaine d'étudiants dans le verdoyant cadre montagnard de Siguer ; les stages se dérouleront en présentiel et ils sont complets.

Un **futur** modifié par le **présent** incertain de la situation sanitaire à Moscou qui nous a incité à annuler le congrès prévu dans la capitale des Tsars en octobre. Sagement, le congrès est maintenu aux mêmes dates et, Prudence étant la mère de Sureté, il se déroulera dans un superbe pays : la France.

Je termine cet éditorial par un clin d'œil joyeux et optimiste. Les deux « grands-pères » du CITAC, Pierre Lelong et moi, qui œuvrons depuis un quart de siècle dans l'élaboration de ces nouveaux concepts, avons décidé de ne pas intervenir en

JEAN BECCHIO
AVEC BRUNO SUAREZ



*Du nouveau
dans l'hypnose*
Les techniques d'activation
de conscience
Préface de Ghislaine Dehaene Lambert



tant qu'orateurs lors de la dernière journée scientifique pour laisser s'exprimer « les jeunes pousses ». Conduits par la main juste et diligente de notre jeune Président Sylvain Pourchet et encouragés par le dynamisme du brillant cerveau de Bruno Suarez ils ont exposé des travaux de niveau international. L'avenir du CITAC est assuré.

Tout cela nous emplit de joie, la joie d'un travail qui a débuté en 1989 avec l'envoi postal, timbré et manuellement tamponné, de la première Lettre du Monde de l'Hypnose à vingt élèves, travail qui se développe en 2021 auprès de vous, 8000 lectrices et lecteurs de cette 29^{ème} Lettre des TAC. Sans vous, les TAC ne seraient pas.

Merci pour votre fidélité et au prochain rendez-vous, pour certains cet été, et pour d'autres lors de nos rencontres à la rentrée de septembre ou lors du Congrès d'octobre.

Et, en récompense de cette fidélité, nous vous offrons l'intégralité de la [Journée Scientifique du CITAC 2021](#) en vidéo sur ma chaîne Youtube.

Bon été.

Jean Becchio

Les nouvelles du Monde de la Conscience

Cette première nouvelle me paraît importante, voire révolutionnaire. Elon Musk publie sur sa chaîne Youtube Neuralink une expérience qui est le point de départ d'une nouvelle étape dans l'histoire de l'humanité. Un singe a appris à jouer avec une manette au jeu vidéo Pong, bien connu de ma génération car il fut le premier de ces universels divertissements, accessible dans les années 80. Au cours de cet apprentissage les inter-actions neuronales sont enregistrées au niveau du cerveau de l'animal. Ces données sont ensuite placées dans une puce électronique qui est implantée dans le cerveau du singe. Regardez la suite : le



singe commande les raquettes sans agir sur les commandes, uniquement par la pensée. Hallucinant et... sensation mélangée d'inquiétude et d'espoir ?

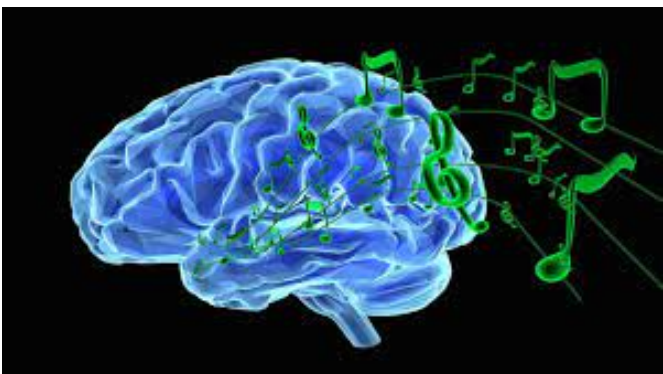
[Une fable futuriste : Le singe et la puce](#)

Lien avec les TAC

A priori aucun lien. Pourtant, nous sommes dans l'exploration du domaine de l'apprentissage, secteur important des TAC. Elon Musk crie haut et fort que son intention est uniquement orientée vers la possibilité d'aider des patients cérébro-lésés ; des « complotistes » lui attribuent d'autres desseins cachés. Cependant, ces recherches nous permettent de mieux connaître les processus d'apprentissage sur les cerveaux « habituels » de nos patients et, pourquoi pas, de pouvoir analyser l'action d'une séance TAC sur ces réseaux spécialisés. Sans posséder la fortune du milliardaire américain, le CITAC développe, à son modeste niveau, une étude qui analyse l'action des TAC sur le cortex cérébral. Publication dans trois ans.

La musique modifie le comportement émotionnel.

Une belle étude réalisée par des collègues danois et allemands et publiée, en accès libre, dans la revue BMC Neurosciences. Vous pouvez la découvrir en intégralité,



en anglais pour les « fluents » dans la langue des sujets de sa Gracieuse Majesté ou en français grâce aux traducteurs de votre ordinateur. Les deux points importants de cette étude sont la confirmation que la musique adoucit nos réactions émotionnelles et ainsi modifie notre comportement et que cette modification comportementale n'est pas

accompagnée d'une modification structurelle ou fonctionnelle des réseaux cérébraux.

[La musique adoucit les mœurs.](#)

Lien avec les TAC

Si le premier article concernant la puce dans le cerveau nous rend perplexes, celui-ci nous comble, confirme nos intuitions et nous incite à continuer sur la belle voie des TAC. La musique est un élément important des TAC. Je propose dans mon livre quelques exercices qui sont basés sur l'utilisation de ces agréables sonorités. La musique met en mouvement notre corps en stimulant la proprioception. Cette activation motrice a une action bénéfique sur toutes les pathologies et, dièse sur la partition, elle n'entraîne pas de modification de la structure de base du cerveau. Des effets bénéfiques sans effet secondaire : le médicament rêvé pour nos patients.

Une étude qui fait réfléchir les cliniciens que nous sommes.

Quelles expériences, quelles évocations, peuvent modifier notre mode de pensée et notre humeur de façon active et constructrice ?

Cette modification est-elle influencée par nos expériences passées ?

Comment une expérience désagréable en début d'action peut-elle altérer cette action ?

Ces découvertes ont-elles une implication sur la conduite d'une séance de thérapie ?

Hanna Keren, psychiatre au National Institute of Mental health de Bethesda (USA) répond à ces questions dans ce magistral article paru dans eLife.

[Les premières expériences ont un effet plus important sur l'humeur que les plus récentes](#)

Lien avec les TAC

Cet article peut-il générer une modification de notre technique ? Cette question sera débattue lors de la prochaine réunion du Comité Scientifique du CITAC.

Intuitivement je ne pense pas qu'il modifie les dix points que connaissent bien nos élèves et collègues. Cependant, il conforte notre désir de « surprendre » le patient dans les premiers instants de notre rencontre. Vous connaissez notre utilisation de l'équation de la confiance lors de ces instants préliminaires et cette étude va

encore plus loin en préconisant de créer un évènement spectaculaire à l'arrivée du patient dans notre lieu de réception. Cette attitude nous est familière ; doit-elle devenir systématique ?

Le ping-pong : sport roi pour le cerveau

Le Professeur Claire Paquet, neurologue à l'hôpital Lariboisière à Paris nous affirme que le tennis de table est le sport le plus performant... pour entretenir et même développer les capacités cérébrales et neuro-cognitives, à tous âges. Lisez cet article et profitez (pour ceux qui en prennent) des vacances pour pratiquer ce sport auquel nous nous exerçons quotidiennement lors de nos stages estivaux à Siguer.

[Comment et pourquoi le tennis de table est le sport roi pour le cerveau ?](#)

Lien avec les TAC

L'utilisation de la proprioception active est l'axe central de nos exercices TAC. L'évocation d'un match de tennis de table est un puissant agent multi-sensoriel qui permet de stimuler la proprioception (déplacements rapides du corps), la vue (trajectoire de la balle), l'ouïe (agréables sonorités de l'impact de la balle de celluloid sur la table et les raquettes), le tact (prise en main de la raquette, smash et amorti), l'odeur (de sueur) et le goût (agréable de la victoire ou amer de la défaite).

Un lien personnel d'actualité. La semaine dernière, mon petit-fils Basile, jeune champion de neuf ans a battu pour la première fois son pépé (moi) dans un match en trois sets. Joie éclatante du vainqueur et plus modérée du grand-père. La photo qui illustre ce propos représente Jacques Secretin, immense champion et ami, trop tôt disparu.

Ainsi va la vie et vive le ping pong qui permet d'entretenir avec bonheur ce lien entre les générations.



Un régénérateur de neurones du cerveau adulte : le microbiote

Je termine ce compte-rendu de nouvelles estivales par un article de PNAS qui vient de paraître en ce mois de juillet. Les auteurs de cette étude démontrent que des bactéries intestinales spécialisées dans la métabolisation du tryptophane produisent des petites molécules, baptisées du doux nom : indoles. Ces molécules vont se baigner dans le cerveau, particulièrement dans l'espace de l'hippocampe où elles génèrent de nouveaux neurones.

Écoutons un des investigateurs de cette étude le Professeur Pettersson de l'Institut de Neurosciences de Singapour : "Cette découverte est passionnante car elle fournit une explication mécaniste de la façon dont la communication intestin-cerveau se traduit par le renouvellement des cellules cérébrales, grâce à des molécules produites par des microbes



intestinaux stimulant la formation de nouvelles **cellules nerveuses** dans le **cerveau adulte**. Ces découvertes nous rapprochent de la possibilité de créer de nouvelles options de traitement pour ralentir **la perte de mémoire**, qui est un problème courant avec le vieillissement et les maladies neurodégénératives, y compris, mais sans s'y limiter, la maladie d'Alzheimer. Il s'agit notamment de médicaments imitant l'action des indoles pour stimuler la production de nouveaux neurones dans l'hippocampe ou pour remplacer les neurones endommagés par un accident vasculaire cérébral et **une blessure à la colonne vertébrale**. Nous pouvons aussi mettre en place des stratégies diététiques utilisant des produits alimentaires enrichis en indoles comme mesure préventive pour ralentir le vieillissement ».

[Les indoles : régénérateurs de neurones](#)

Lien avec les TAC

Les TAC surfent sur la quatrième vague de l'histoire de la psychothérapie moderne. Cette vague est soulevée par les forces de l'attention, de la motivation, de la proprioception, de l'agentivité et elle profite de courants présents dans l'environnement et faciles à intégrer tels que la cohérence cardiaque, la réflexion

philosophique, le qi gong, le yoga, les arts. La diététique devient un élément important, connu depuis Hippocrate et expliqué aujourd'hui par les scientifiques. Écoutons la conclusion du Professeur Pettersson : "Les travaux rapportés dans cet article portent sur la formation de neurones dans le cerveau adulte. Nous évaluons actuellement si les indoles peuvent également stimuler la formation précoce de neurones pendant le développement du cerveau. Un autre domaine d'intérêt potentiel pour cette intervention concerne les situations d'accident vasculaire cérébral ou de lésion médullaire avec un besoin urgent de générer de nouveaux neurones . C'est une période intéressante et excitante qui nous attend »

Nos stages de perfectionnement et d'auto-activation qui se déroulent en ce mois de juillet dans les Pyrénées vont devoir ajouter à leur riche panel, la diététique. Nous le réalisons déjà, de façon intuitive, en consommant régulièrement un aliment fortement apprécié par les bactéries intestinales : le haricot développant ses succulents arômes au sein de délicats cassoulets.



La parole à nos élèves.

Je donne la parole au docteur Hélène Chevalier, brillante étudiante de notre Diplôme Universitaire de TAC à Paris-Orsay.

Tac et médecine générale - Une levée de barrage

Me P. a 86 ans quand elle vient me voir en février pour calmer sa toux, mais ce qui la gêne le plus sont des vertiges, des pertes d'équilibre et des tremblements (depuis 10ans) et aussi des acouphènes (depuis 5 ans) et une perte d'autonomie (je ne peux plus conduire- dépendante pour ses déplacements de son mari, de l'aide ménagère du mardi), aggravée depuis 6 mois ce qui impacte son moral terriblement.

Son état « vertigineux » l'oblige parfois à annuler reporter ses rdv de kine, d'orthophonie ou médicaux.

Elle voit un neurologue à La Pitié, a fait un bilan dans un service de gérontologie il y a 1 an.

et elle n'aime pas prendre trop de médicaments.

En juin quand elle arrive « ça ne va PAS du TOUT, les vertiges ne me quittent pas, j'ai des nausées etc Etc etc etc..... » devant le poids de ce qui est présent, je lui propose de tenter « un petit exercice pour lui apporter un peu de confort » ce qu'elle accepte tout de suite.

le Problème , « la sensation de vertige , NOIR , comme un serpent »

Et le BUT « **ce sera VERT , clair , je pourrai sortir de la maison, voir des amis , faire mes courses »**

elle aime «parler avec ses amis , ranger sa maison et lire »

Ce qu'elle sait bien faire, son expertise donc, est « la poule sauce aux champignons »



Prendre la posture « tabouret » sur la chaise avec accouder ,ne pose pas trop de problème , le souvenir d'apprentissage émerge très vite « le piano ».....

Puis Et je vois les doigts arthrosiques et un peu déformés se mettent à faire de tous petits mouvements, il y a de toutes petites modifications des petits muscles du visage,

quand TOUT d'Un COUP Elle explose en pleurs ...

en me disant « je ne pleure jamais je ne peux pas pleurer.. » ouvrant , fermant les yeux... pleurant ... respirant , puis, « quand ma mère me battait je n'allais quand même pas pleurer, cela lui aurait fait trop plaisir je ne pleure jamais. » accueillir ce qui est là , l'accompagner à retrouver son calme , Puis les 3 respirations avant de reprendre le cours de la journée « harmonisée, tonifiée et souriante » .

et effectivement , elle sourit en me disant » je vais me sentir mieux déchargée » et elle reprend un rdv pour 15 jours plus tard .

je savoure, alors la SURPRISE de l'imprévu , de l'imprévu des séances TAC.

incertitude de comment cela va se passer et certitude que ce qui lâche fait du bien .

15 jours plus tard La météo orageuse et les pluies fortes et ponctuelles me font craindre un nième report ????, « ce n'est pas une pluie qui m'arrêtera !! » ah !ok

« ça ne va PAS du tout , je suis explosive, je ne me reconnais pas, je ne supporte rien »

Ah !!?? quoi par exemple ??? « mon mari met son bol mouillé sur la plaque en vitro céramique , cela laisse une trace et je suis obligée de passer le chiffon tout de suite , d'habitude je le fais sans rien dire , maintenant je ne supporte plus , dit- elle en souriant , on vient de fêter nos 65 ans de mariage après un coup de foudre »



Donc « ça ne va pas du tout » et quand son mari a oublié de rentrer à temps pour l'emmener chez le kine , elle a pris la voiture et y est allée – et revenue - toute seule et sans encombre !!!!, (alors qu'elle n'a pas conduit depuis 1 an) !! (cf le but exprimé plus tôt)

« oui la dernière séance m'a fait pleurer , m'a fait réagir » et effectivement je constate que j'écris plus facilement , en étant un peu moins gênée par le tremblement.

Pour cette 2ème séance TAC, le problème est « la douleur (qui picote , brule) dans la jambe , comme emprisonnée dans un carcan ». Son But : « ne plus sentir, penser à sa jambe »

elle reprend le souvenir d'apprentissage du Piano....

.....de sa posture, bouger , onduler comme une sirène, traverser les 4 saisons de Vivaldi , la clé qui ouvre son cadenas Il y a de la fluidité et de la douceur sur son visage, sa respiration est plus calme ...

D'ici la prochaine fois , faire des Séances AUTO TAC « oui c'est un moment à moi , puis je le faire en musique pour remplacer votre voix ? ».En sortant , l'aide ménagère confirme avec un grand sourire , un net mieux depuis ces derniers jours.

Voilà , ces 2 séances m'ont surprises et touchées, et j'ai trouvé utile de répondre à l'invitation de Jean et Sylvain de partager cette « vignette clinique » , Toute solution permettant d'apporter un peu plus de confort, de fluidité et moins de molécules chimiques dans les organismes âgés sont bienvenue et la solution TAC en est une de choix. Continuons d'activer nos consciences et connaissances.

Dr Hélène Chevalier

Conseils aux débutants et Exercice d'auto-activation

Période de vacances, oublions les cours magistraux, révisons ou découvrons des moyens TAC simples, efficaces et rapides pour nous permettre de débiter, poursuivre et terminer nos journées estivales en pleine forme.

Le conseil du matin :

Première chose à effectuer au lever lorsque vous êtes dans votre salle de bain : envoyez un sourire à votre miroir.

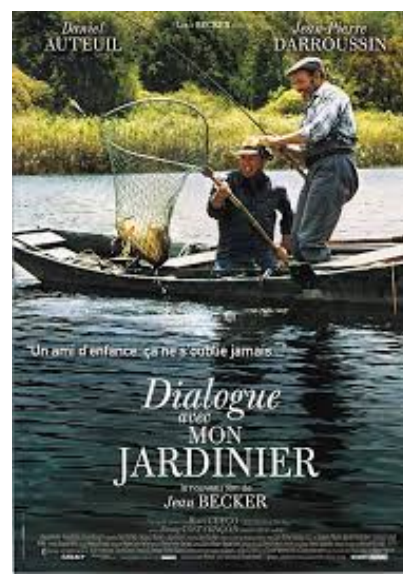
Ce simple conseil, pratiqué tous les matins, a permis à de nombreux patients anxieux et même déprimés à retrouver une humeur agréable.

Le conseil du midi :

Position tabouret, mains ouvertes une dizaine de centimètres au-dessus des jambes, paumes tournées vers le ciel.

Fermez les yeux et cherchez dans votre mémoire un personnage du passé, important pour vous, réel, historique ou mythologique ; placez-le dans le creux d'une de vos deux mains et refermez le poing.

Recherchez une personne réelle et importante dans



l'actualité de votre vie ; placez-le dans le creux de l'autre main et refermez le poing.

Réunissez les deux mains en les joignant devant votre poitrine et, pendant une minute, regardez les deux personnages qui dialoguent et écoutez leur échange. Terminez ensuite classiquement : trois respirations profondes, ouverture des yeux et étirement des muscles des bras.

Le conseil du soir :

Allongé dans le lit, fermez les yeux et convoquez :

1/ Un élément de la nature que vous avez observé aujourd'hui ; observez-le pendant trente secondes.

2/ Un objet que vous avez utilisé aujourd'hui ; retrouvez l'action effectuée pendant trente secondes.

3/ Une personne ou un animal avec qui vous avez échangé un regard ou un sourire et retrouvez cet échange pendant trente secondes.

Terminez en ouvrant simplement les yeux et en vous orientant vers l'action programmée de la soirée.

Les formations

Université d'été dans les Pyrénées

Les enseignants de l'Université Paris XI installent leur bivouac dans la petite et verdoyante vallée de Siguer, suspendue à mi-hauteur des hauts sommets ariégeois, au cœur « immaculé » du Parc National des Pyrénées. Enseignements matinaux et ballades vespérales seront au programme, comme nous le réalisons depuis vingt-cinq ans. Temps d'apprentissage et de vacances à partager entre amis et en famille.

Cette année, grand succès des stages en présence : ils sont tous complets.

01 au 05 août 2020

Qi Gong - Maître Zhou Jing Hong - Jean Becchio



Maître Zhou nous fait l'immense plaisir, depuis deux ans, de revenir animer le stage de Qi Gong à Siguer. Je l'accompagnerais pour expliquer les liens qui relient cet Art de soigner et de bien vivre ancestral et l'actualité des Sciences. Nombre de places... limitées.



Formations à la rentrée

06 au 11 septembre 2021

Formation de premier cycle TAC. Jean Becchio, Sylvain Pourchet, Bruno Suarez.

Formation de formateurs.

Enseignement ouvert aux professionnels de la santé pour acquérir un outil de communication, de diagnostic et de thérapie utilisable dès la fin de l'enseignement. Le programme est l'évolution moderne de l'ancien cours d'hypnose clinique. Nombre de places limité pour favoriser un enseignement basé sur la pratique de nombreux exercices en binômes, exercices filmés, projetés et commentés. Un photocopié, un PDF et de nombreux documents seront fournis aux élèves en fin de cours. Pour accéder à la formation de formateurs, faire la demande par mail :

becchio@citac.fr

20, 21 et 22 septembre 2021

Mise à niveau TAC

Formation destinée à mettre au jour les connaissances pour les professionnels ayant été formés à l'hypnose ericksonienne ou formés au TAC il y a plus de trois années;

06 au 09 octobre

Sixième Congrès du CITAC à Siguer en Ariège

Nous Nous annulons le Congrès prévu à Moscou pour les raisons sanitaires et administratives que nous connaissons tous.

Nous programmons le Congrès en France, en Ariège, dans le berceau des TAC

Les détails techniques et le programme seront confirmés cette date et nous vous donnons le lien pour s'inscrire à la fin de cette lettre. Parmi les intervenants nous pourrons écouter et voir les quatre membres fondateurs du CITAC (Pierre, Jean, Bruno et Sylvain) le Pr Jérôme Sackur (Pr à l'école Normale Supérieure) et le Pr Alain Berthoz (Pr au Collège de France).

Formations dans les centres agréés CITAC

Formations à Bourg en Bresse

Contact et inscriptions : ACA-TRANSMISSION@

Formations de qualité, assurées par Vianney et Karine Perrin. Ils font intervenir les Drs Sylvain Pourchet, Bruno Suarez et Jean Becchio dans les formations professionnelles de perfectionnement. Jean Becchio assure les formations d'auto-activation. Consultez le programme en activant le lien ci-dessus. Ouvertes aux professionnels et aussi tout public pour certaines formations.



Formations à Lille

Formations de qualité, assurées par deux piliers des TAC. Consultez le programme en activant le lien ci-dessous. Ouvertes aux professionnels et aussi tout public pour certaines formations.



Formations de Pierre Lelong et Marie Hien

Formations à Toulouse

Formations pour professionnels de santé, assurées par nos amis fidèles depuis le siècle dernier : Elisabeth et Philippe Banco.

Contact : philippebnc@free.fr



Formations à Nice

Formations pour professionnels de santé, assurées par le premier étudiant formé à Nice en 1995. Depuis, le Dr Rémi Garcia est devenu un membre actif de notre bureau à l'Afhyt et maintenant il fait partie du Conseil Scientifique du CITAC.



Contact : remi.garcia@yahoo.fr

Formations à Nantes

Formations pour professionnels de l'Art dentaire. Formations animés par l'excellente docteur en orthodontie Marie-Hélène Simonnet-Garcia, la pétulante psychothérapeute canadienne Colette Garneau et l'adorable ostéopathe Thuong Cong Tan-Khoa.



Contact : : sohcle@sohcle.com <http://sohcle.net/>

Le Sixième Congrès du CITAC à AX-les-THERMES

Retour au berceau des TAC.

Moscou ferme ses portes et nous permet d'orienter les orateurs et participants à notre sixième congrès des TAC sur les terres d'Ariège, lieu de naissance des TAC il y six ans.

Les dates sont celles qui étaient prévues initialement, du 06 au 09 octobre 2021.

Le Professeur Berthoz et le Professeur Sackur participeront à cette rencontre où s'exprimeront aussi les quatre mousquetaires fondateurs du TAC.

Seize intervenants nous exposeront leurs travaux le matin et des ateliers TAC ainsi que des activités de découverte de hauts-lieux historiques ou touristiques de l'Ariège sont aussi au programme les après-midi. Programme qui sera exposé dans la prochaine lettre.

Le nombre de places sera limité, selon les autorisations programmées en octobre par les différents ministères. La priorité est accordée aux inscrits de Moscou. Les inscriptions sont ouvertes sur le lien ci-dessous :

[Activez ce lien pour l'inscription au congrès du CITAC e octobre 2021](#)

Ou par le QR Code



Bonnes vacances pour ceux qui peuvent en bénéficier et à bientôt pour les participants à ce sixième congrès ou à nos prochaines rencontres.



Amicales pensées de Siguer.

Jean Becchio, Sylvain Pourchet et les cent stagiaires.