



ATELIER

Découvrir l'altruisme efficace

Faire le lien entre la pratique de la méditation et l'engagement altruiste

Samedi 17 novembre 2018

Public

Cet atelier est ouvert à toutes et tous, avec ou sans pratique antérieure de méditation.

Intention de l'atelier

« How to do good... better » ou « comment faire le bien, du mieux possible » ?

Un atelier d'une journée pour explorer les liens entre la méditation, la compassion, l'altruisme et l'action. Encadré par des exercices de méditation qui visent à renforcer l'ancrage puis à cultiver la compassion, nous allons essayer, collectivement, de découvrir des concepts, des méthodes et des moyens qui peuvent nous guider dans notre quête altruiste. Le but est de traduire les aperçus ressentis et développés pendant l'introspection en un plan concret d'actions efficaces.

L'équipe d'Effective Altruism Geneva guidera les participant-es dans la découverte de la philosophie et de la méthodologie de l'Altruisme Efficace. Partant d'un point de vue global, l'approche vise, en essence, à :

- faire le meilleur choix de causes à soutenir
- sélectionner l'intervention la plus prometteuse
- optimiser l'exécution de l'action concrète afin de maximiser notre impact positif dans ce monde

Liens conseillés: www.eageneva.org

Conditions pratiques

Horaires	de 9h30 à 17h30
Pause repas	prise ensemble sur place. Chacun est invité à apporter son repas.
Lieu	Espace Plantaporrêts, rue des Plantaporrêts 3, 1205 Genève
Coût	Frais d'inscription de CHF 80.- à régler avant l'atelier + Participation Consciente le jour de l'atelier (voir au verso).
Inscription	www.ressource-mindfulness.ch/ateliers
Information	frederic@ressource-mindfulness.ch

Qu'est-ce que la Participation Consciente ?

Les frais d'inscription de CHF 80.- couvrent uniquement la location de la salle et les frais administratifs et logistiques. A ces frais, il importe de rajouter la Participation Consciente.

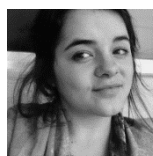
La Participation Consciente permet de rémunérer les intervenants et l'organisateur pour le travail de conception, de préparation et d'animation. Elle fait l'objet de plus amples explications durant l'atelier. Chaque participant-e est libre de décider du montant de cette participation, qui est remise de manière anonyme dans une enveloppe à la fin de l'atelier.

Intervenants



Konrad Seifert, cofondateur d'Effective Altruism Geneva

Convaincu par le potentiel de développement de l'altruisme efficace à Genève, Konrad Seifert a mis un terme à ses études en Relations Internationales en 2017 pour fonder l'organisation non-gouvernementale Effective Altruism Geneva. Cette organisation promeut une approche intègre et scientifique à la question : « Comment pouvons-nous utiliser nos ressources pour améliorer le monde le plus efficacement possible ? ». Parallèlement à son engagement professionnel, Konrad suit actuellement une formation mixte en « Data, Economics and Development Policy » proposée par le MIT.



Nora Ammann, responsable des ateliers et de la communauté d'Effective Altruism Geneva

Nora Ammann a rejoint l'équipe d'EA Geneva après avoir fini son Bachelor en Relations Internationales en 2018. Ayant mené l'association d'étudiants pour l'altruisme efficace et développé un séminaire sur le choix de carrière à haut impact, elle mène maintenant le développement d'ateliers et de la communauté locale. À côté du travail, Nora suit une formation en études de systèmes complexes proposée par le SFI.



Erwan Tréguer, instructeur MBSR

Expérience de coureur cycliste, ingénieur chef de produit en entreprise, Erwan Tréguer se consacre depuis 2013 à la sophrologie et à la méditation, en individuel et auprès de différents groupes. Erwan est instructeur MBSR formé par le Center For Mindfulness de l'Université du Massachussetts.

Ressource Mindfulness

rue des Plantaporrêts 3, 1205 Genève
www.ressource-mindfulness.ch