



## ATELIER

# Parents et enseignant-es : cultivons la Pleine Conscience dans l'éducation

25-26 avril 2020

### Public

Cet **atelier de 2 jours** est ouvert à toute personne intéressée, avec ou sans pratique antérieure de méditation. Il est plus spécifiquement destiné aux professionnels de l'éducation - enseignants, éducateurs, formateurs, accompagnateurs. Les parents et les grands parents sont également les bienvenus.

### Intention de l'atelier

**La Pleine Conscience** est un art de vivre qui nous aide à cultiver la joie et à transformer la souffrance et le stress en nous et autour de nous. C'est l'apprentissage de l'écoute de notre humanité, de la compréhension, de la stabilité, de la liberté et de la confiance en nous-mêmes et vis-à-vis des autres. C'est le cadeau que nous pouvons offrir à nos proches comme aux générations futures.

**Inspir'Action** est un collectif de pratiquant.es de la Pleine Conscience dans la tradition du Village des Pruniers et de l'enseignement de Thich Nhat Hanh. Sa vocation est d'offrir des ateliers et d'accompagner les professionnels du monde de l'éducation, de l'entreprise et de la santé à transformer les difficultés qu'ils rencontrent à titre personnel et dans leur travail. Un temps pour réconcilier l'être et le faire.

**Le week-end** est destiné à vous permettre de vous initier ou d'approfondir les principales pratiques de pleine conscience afin de pouvoir les intégrer dans votre quotidien.

Lien conseillé : [sites.google.com/site/wakeupschoolsfrance](https://sites.google.com/site/wakeupschoolsfrance)

### Conditions pratiques

Horaires Samedi et dimanche de 9h à 17h.

Pause repas Nous vous invitons à privilégier un repas à partager sur place. Le samedi, possibilité de se restaurer à l'extérieur (restaurants / tea-rooms à proximité).

Lieu Espace Plantaporrêts, rue des Plantaporrêts 3, 1205 Genève

Coût Frais d'inscription de CHF 120.- à régler avant l'atelier + Participation Libre et Consciente le jour de l'atelier (voir au verso).

Inscription [www.ressource-mindfulness.ch/education](http://www.ressource-mindfulness.ch/education) ou par courriel à [frederic@ressource-mindfulness.ch](mailto:frederic@ressource-mindfulness.ch)

### Qu'est-ce que la Participation Libre et Consciente ?

Les frais d'inscription de CHF 120.- couvrent uniquement la location de la salle et les frais administratifs et logistiques. A ces frais, il importe de rajouter la Participation Libre et Consciente, remise par chaque participant-e en fin d'atelier.

La Participation Libre et Consciente est une autre façon d'envisager la rémunération d'une activité telle qu'un atelier ou une intervention. Il s'agit d'un mode de valorisation participatif, transparent et solidaire, développé notamment par l'Université du Nous. Elle fait l'objet de plus amples explications avant et pendant l'atelier. Dans tous les cas, cette contribution consciente doit être proportionnée à la capacité de chacun-e.

### Intervenant-es



**Marianne Claveau** a rencontré l'enseignement de Thich Nhat Hanh en 2005. Maman de deux adolescents de 14 et 16 ans, ils participent ensemble chaque été à la retraite famille au Village des Pruniers. Formatrice, elle accompagne des enseignant-es à développer la pratique de pleine conscience dans leur quotidien professionnel et contribue à coordonner l'initiative *Wake Up Schools*. Elle a également participé à l'élaboration du livre « Un prof heureux peut changer le monde », co-écrit par Thich Nhat Hanh et Catherine Weare, aux éditions Belfond.



**Corinne Marquis** pratique la pleine conscience depuis 20 ans. Elle est enseignante du Dharma dans la tradition du maître Zen Thich Nhat Hanh. Elle soutient des enseignants dans le cadre d'un programme d'accompagnement à la pleine conscience : *Wake Up Schools 123* initié par le Village des Pruniers. Elle anime des week-ends de pleine conscience destinés aux enseignant-es et parents dans le cadre de Inspir'Action, dont elle est membre fondatrice.



**Vincent-Bernard Nicotri** pratique la pleine conscience dans la tradition du Village des Pruniers depuis plus de 10 ans. Consultant et formateur, son activité l'amène de plus en plus régulièrement à partager cette pratique et, en particulier, à l'intégrer à la communication interpersonnelle. En tant qu'enseignant et père de deux enfants adoptifs, les thèmes de l'éducation et de la parentalité sont au centre de sa vie professionnelle et personnelle.

### Ressource Mindfulness

rue des Plantaporrêts 3, 1205 Genève  
[www.ressource-mindfulness.ch](http://www.ressource-mindfulness.ch)