

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

Nous avons fait le choix d'intégrer la Participation Libre et Consciente pour ce séminaire résidentiel. C'est une **autre façon d'envisager la rémunération d'une activité**. Il s'agit d'un mode de valorisation **participatif, transparent et solidaire**.

## Pourquoi Ressource Mindfulness a fait ce choix ?

A la base, nous sommes très « fiers » de la qualité de nos ateliers et séminaires. La Participation Libre et Consciente n'est dans tous les cas pas une « vente au rabais ». Nous identifions clairement deux motivations pour aller dans ce sens :

- 1) Nous désirons rendre nos ateliers et séminaires **accessibles à toutes et à tous**, quel que soit leur revenu. Pour certains - personnes disposant d'un faible revenu, étudiants, familles monoparentales, etc. - le prix est un critère décisif dans le choix des activités et peut constituer une barrière.
- 2) Nous souhaitons changer la règle établie et **ouvrir une voie de questionnements** dans notre rapport à l'argent et notre façon d'échanger nos richesses. Cela fait sens pour nous de vivre pratiquement ce concept dans le cadre de ces séminaires.

Nous avons donc fait le choix de la Participation Libre et Consciente.

## Puis...

Juste après ce choix, nous avons quand même sorti la calculette. Définir le prix de nos activités n'est pas toujours aisé pour nous, parce que :

- nous ne connaissons pas toujours à l'avance le nombre de participants
- nous avons des frais fixes (location des locaux, frais de communication, de déplacements, matériel, etc.)
- nous tenons à rémunérer correctement les intervenants, qui ont des années de formation et d'engagement professionnel derrière eux
- notre structure, aussi, a besoin d'être entretenue correctement dans un équilibre « donner-recevoir » (le temps d'animation qui est apparent, le temps de préparation qui est sous-entendu, et celui bien caché de tout le travail administratif nécessaire pour que la structure fonctionne)

## Notre solution : couper la poire en deux

Dès lors, pour avoir un « certain sentiment de sécurité », nous avons décidé d'instaurer des frais d'inscription, à verser avant le séminaire.

Ces **frais d'inscription** permettent de :

- couvrir les frais d'hébergement, de restauration en pension complète et de location de la salle lors du séminaire
- prendre en charge les frais administratifs et les frais de communication (que nous estimons à env. CHF 1200.- pour un 20%)
- garantir une première forme d'engagement à participer à ce séminaire
- 

Et ce « prix d'entrée » nous semble raisonnable pour des personnes à revenu modeste.

Quant à la **Participation Libre et Consciente** que vous allez remettre à la fin du séminaire, elle permet de :

- rémunérer l'intervenant-e-s pour le travail de conception, de préparation et d'animation.
- rémunérer également la structure organisatrice pour le travail de préparation et d'encadrement.
- instaurer la solidarité entre les participant-es et une responsabilisation collective, car cette approche permet à des personnes disposant de moins de revenus de participer à ce

séminaire. Ce type d'expérience montre qu'une forme d'autorégulation s'instaure dans le groupe pour obtenir un montant global qui soit juste.

- contribuer au développement et à la réalisation de projets futurs pour Ressource Mindfulness

Ainsi, la Participation Libre et Consciente vous rend aussi **acteur du processus** et pas seulement consommateur de services. La responsabilité est partagée. De notre côté, cela nous invite à lâcher-prise et à **faire confiance** à la vie.

### En pratique, comment cela fonctionne ?

- La Participation Libre et Consciente est la somme que vous souhaitez ou pouvez donner en conscience pour ce que vous allez vivre / recevoir lors du séminaire.
- La Participation Libre et Consciente sera remise en espèces à la fin de l'activité de façon anonyme dans une enveloppe, sans justification du don réalisé.
- Au moment où vous prendrez votre enveloppe, nous vous invitons à marquer une pause de quelques instants pour sentir ce que cela fait de vous engager financièrement.
- Vous pouvez remettre votre contribution consciente en francs suisses ou en euros.

Et si cela génère chez vous une expérience un peu inconfortable, voici quelques **montants suggérés pour la Participation Libre et Consciente**, si le séminaire vous a nourri dans votre cheminement :

- Petits revenus : environ 400.-
- Revenus moyens : environ 500.-
- Revenus élevés : environ 900.-

Dans tous les cas, la contribution doit être proportionnée à la capacité financière de chacun-e.

A noter que les ateliers et séminaires proposés par Ressource Mindfulness peuvent être pris en compte dans le cadre de la **formation continue** de la plupart des professions de soin. Une attestation peut vous être délivrée sur demande.

### En savoir plus sur la Participation Consciente

Ci-dessous, quelques sites qui nous ont inspiré. N'hésitez pas à les consulter pour en savoir plus.

- <http://www.bouddhisme-action.net/la-participation-consciente>
- <http://universite-du-nous.org/a-propos-udn/ses-specificites/>
- <http://terreveille.be/la-participation-consciente>
- <https://ateliersinstantz.net/participation-financiere>
- <https://painpourleprochain.ch/transition-interieure>
- <https://lesfougeresasbl.wordpress.com/philosophie/participation-libre-en-conscience>



**ressource mindfulness**

rue des Plantaporrêts 3, 1205 Genève

[www.ressource-mindfulness.ch](http://www.ressource-mindfulness.ch)

Fondé en 2009, Ressource Mindfulness propose des activités et des programmes s'appuyant sur l'acquisition de compétences dans le domaine de la méditation de Pleine Conscience.