

Module 3 - 2024

S'immerger dans la pleine conscience et apprendre à instruire les outils de la pleine conscience.

Responsable de module : Anne Gendre

Semaine du 28.04. à 15h15 au 03.05.24 à 17h45 à l'Hôtel Sunways Champex-Lac¹		
Présence et coordination sur la semaine Assistance Méditation de 07h30 à 08h et de 21h15 à 21h45 du 01.05 au 03.05.24 par l'un des instructeurs		Anne Gendre Arabelle Gautier Russia Ha-Vinh Leuchter Paolo Cordera ²
Dimanche 28.04 à 15h15	Accueil des participants Introduction au module 3	Anne Gendre Dre Dominique Cassidy Arabelle Gautier
Dimanche ³ 28.04. 16h00 – 21h30	Retraite méditative	Dre Dominique Cassidy
Lundi 29.04. 07h30 – 21h30	Retraite méditative	Dre Dominique Cassidy
Mardi 30.04. 07h30 – 15h	Retraite méditative	Dre Dominique Cassidy Présence du Prof. Nader Perroud
Mardi 30.04. 15h30 – 20h	Ateliers pratiques : <ul style="list-style-type: none">• Guider les différents exercices de pleine conscience.• Dialogue exploratoire	Anne Gendre Dre Russia Ha-Vinh Leuchter
Mercredi 01.05. 07h30 – 20h	Ateliers pratiques : <ul style="list-style-type: none">• Guider les différents exercices de pleine conscience.• Dialogue exploratoire	Anne Gendre Dre Russia Ha-Vinh Leuchter
Jeudi 02.05 07h30 – 20h00	Ateliers pratiques : <ul style="list-style-type: none">• Pratique méditative• Guider les différents exercices de pleine conscience• Dialogue exploratoire	Anne Gendre Paolo Cordera
Vendredi 03.05 07h30- 17h45	Atelier pratiques : <ul style="list-style-type: none">• Pratique méditative• Guider les différents exercices de pleine conscience• Dialogue exploratoire	Anne Gendre Paolo Cordera

¹ <https://www.sunways.ch/>

² Paolo Cordera est psychologue aux HUG et anime de nombreux cycles de méditation. Il est certifié CAS MBI

³ Horaires des repas: 08h – 13h – 20h / Pause : 10h45 et 16h45

Heds Champel Mercredi 12.06.24 09h00-19h00	<ul style="list-style-type: none"> • Guider les différents exercices de pleine conscience et dialogue exploratoire « suite » de la semaine résidentielle • Problématiques et questionnements éthiques lors des interventions basées sur la pleine conscience dans le domaine de la santé. • Bilan de la formation et clôture. 	Anne Gendre Prof. Nader Perroud ou/et Béatrice Weber Françoise Jermann
Restaurant à déterminer 19h	<ul style="list-style-type: none"> • Repas et festivité 	Intervenants et participants du CAS MBI