

13 novembre 2020 / 11 décembre 2020

15 janvier 2021 / 19 février 2021 / 19 mars 2021 / 16 avril 2021

Durée : 6 jours

1 050 € soit 175€/jour si financement individuel (+400 € si prise en charge)

Horaires : 9h30-13h & 14h00-17h30

## Comment intégrer la Pleine Conscience dans la relation d'aide ?

L'intention de ce module est d'utiliser les nombreux outils de la pleine conscience pour apporter plus de clarté et de compréhension à notre manière d'être en relation, notamment en relation d'aide, pour cultiver la bienveillance et le discernement. **Il est question de sentir l'impact que nous avons sur nos patients et l'influence que la situation thérapeutique a sur nos modes réactionnels.**

**En effet**, La pratique de la pleine conscience permet de stabiliser notre attention, d'approfondir la concentration et la présence dans l'instant. Le choix délibéré de reconnaître et d'accueillir les expériences vécues **dans la relation Thérapeutique** en les acceptant telles qu'elles sont, favorise une attitude de non-identification et transforme notre regard sur nos modes réactionnels.

En s'appuyant sur la pratique individuelle de la pleine conscience comme une base solide, ce module permet de s'ouvrir à une démarche pragmatique pour amener de la clarté sur notre manière habituelle de réagir et d'interagir avec autrui **en posture de relation d'aide** et de la transformer **au service de ce qui se passe dans cette relation thérapeute-patient**.

On fait appel à six niveaux de pratique, tous complémentaires, pour transformer nos schémas.

- Revenir à l'instant présent, relâcher la saisie de l'esprit.
- Accepter notre vécu et apaiser les tensions du corps et de l'esprit avec bienveillance.
- Elargir notre attention à ce qui nous entoure.
- Permettre à ce qui se manifeste d'être là, dans l'impermanence.
- Ecouter en profondeur, sans jugement.
- Parler vrai, avec justesse.

L'entraînement à cette pratique du dialogue en pleine conscience se fait en binômes, avec des temps de parole et d'écoute conscientes, suivis d'échanges à deux, puis en grand groupe.

Ces six instructions peuvent être utilisées à n'importe quel moment de la relation, en fonction des besoins, ou bien aussi en pratique individuelle.

Ce cycle est conçu comme un ensemble progressif et cohérent de six journées, il nécessite la participation à la totalité des séances afin d'en retirer tout le bénéfice.

## FORMATRICE : François Le Corre

Instructeur en méditation de pleine conscience (MBCT), Médecin homéopathe et acupuncteur, Diplôme universitaire « Médecine, méditation et neurosciences », université de Strasbourg.

### OBJECTIFS

Au terme de la formation, les participants seront capables de :

- Stabiliser l'attention sur un objet, en restant dans l'instant présent.
- Approfondir la conscience des pensées, des émotions, des sensations corporelles, des impulsions à réagir, sans chercher à s'y attacher ou s'y opposer.
- Acquérir la capacité à reconnaître et rencontrer les difficultés ressenties, telles qu'elles sont,

### MODALITES PEDAGOGIQUES

- Méditations assises guidées.
- Méditations marchées et étirements.
- Echanges interactifs.
- Travail en groupe ou en binômes.
- Exercices pratiques d'attention méditative dans le quotidien.

<p>sans se juger, avec bienveillance pour soi-même.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Apprendre à se décentrer, c'est-à-dire élargir notre champ de vision et transformer notre regard sur nos pensées, émotions, sensations, schémas mentaux, les considérant comme des événements impermanents.</li> <li>• Développer notre propre possibilité à répondre de façon juste aux situations et non pas être en réaction.</li> <li>• -Cultiver une capacité de présence à soi-même dans l'instant, d'écoute bienveillante et non jugeante dans la relation.</li> </ul>	
<p><b>PUBLIC</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Toute personne travaillant dans le domaine de la santé (physique ou psychique) souhaitant aborder le domaine de la relation de soin.</li> <li>• Les personnes en relation d'aide (accompagnants, bénévoles, éducateurs).</li> <li>• Toute personne concernée par le stress ou l'épuisement professionnels.</li> </ul>	<p><b>NATURE DE L'ACTION SELON L'ARTICLE L.6313-1</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Action d'adaptation et de développement des compétences des salariés</li> <li>• Action de conversion</li> <li>• Actions d'acquisition, d'entretien ou de perfectionnement des connaissances</li> </ul>
<p><b>NIVEAU DE CONNAISSANCE PREALABLE</b> Aucun</p>	<p><b>EVALUATION</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mise en pratique</li> </ul>
<p><b>LIEU SAVOIR PSY</b> 9, cité de Trévisse 75009 PARIS</p>	<p><b>CONDITIONS FINANCIERES</b> Paiement de 30% à la commande. Cette somme est encaissée à titre d'acompte après le délai de rétractation de 10j à partir de la signature du contrat et ne sera pas restituée en cas d'absence, sauf cas de force majeure, diminuée de 60€ pour frais de dossier.</p>
<p><b>INSCRIPTION</b> Contrat à retourner signé et paraphé en original à <b>SAVOIRPSY</b> 9, cité Trévisse 75009 PARIS</p>	<p>contact@savoirpsy.fr 01 42 26 00 29 www.savoirpsy.com</p>

# CONTRAT DE FORMATION

Entre d'une part :	Et d'autre part:
SAVOIR PSY SARL	Nom
Ayant son siège social 9, cité Tréville 75009 PARIS	Prénom
Déclaration d'activité enregistrée sous le n°1175 511 2375 auprès du préfet de la région Ile de France (cet enregistrement ne vaut pas agrément par l'Etat).	Adresse
N°398 644 849 RCS de Paris - APE 8559 B	Téléphone
	E-mail
	Statut ou fonction
Ci-après nommée « SAVOIR PSY »	Ci-après nommé « le Stagiaire »

Il est conclu le contrat de formation ci-après:

## Art 1 – Objet du contrat

SAVOIR PSY s'engage à dispenser au Stagiaire l'action de formation suivante :

Titre : **Pleine conscience**

Date(s) : 26 juin / 11 juillet / 18 septembre / 16 octobre / 13 novembre / 11 décembre 2020

Durée : 6 jours

## Art 2 – Nom et qualification du(es) formateur(s)

Voir fiche pédagogique page 1

## Art 3 Prix / Nature / Durée / Objectif(s) / Lieu / Niveau préalable de connaissances requis / Programme

Voir fiche pédagogique page 1

## Art 4 - Modalités de paiement

**4.1** Le Stagiaire doit faire parvenir le contrat de formation (téléchargé sur le site, ou adressé par SAVOIR PSY) signé et daté, par courrier électronique. L'original sera déposé à SAVOIR PSY ou envoyé par courrier.

**4.2** Le Stagiaire peut se rétracter dans les dix jours suivants la signature du présent contrat, conformément à l'Article L6353-5 du code du travail, par lettre recommandée avec accusé de réception.

**4.3** A l'expiration de ce délai, conformément à l'article L6353-6, soit dix jours après la signature du contrat, il sera demandé au Stagiaire le versement suivant :

- pour les actions de formation de 1 et 3 jours consécutifs : l'intégralité du prix à la commande.

- pour les actions de formation de 4 jours et plus, consécutifs ou non : 500€ d'acompte, encaissé après les 10 jours de délai de rétractation. Ce montant sera conservé si le Stagiaire ne donne pas suite à son inscription, passé le délai de rétractation, sauf cas de force majeure. Le solde donne lieu à échelonnement des paiements au fur et à mesure du déroulement de l'action de formation.

**4.4** Les inscriptions moins de 10 jours avant le début de l'action de formation donneront lieu à un encaissement immédiat de l'acompte, le stagiaire renonçant à bénéficier du délai de rétractation. Le paiement du solde se fera selon les mêmes modalités qu'à l'article 4.3

## SAVOIR PSY SARL

9, cité Tréville 75009 PARIS

IBAN	FR76 3000 4014 7500 0100 7997 855			
BIC	BNPAFRPPXXX			
Code banque	Code agence	Numéro de compte	Clé RIB	Agence de domiciliation
30004	01475	00010079978	55	BNPPARB PARIS TOCQUEVILL (01475)

## Art 5 Interruption de la formation

**5.1** En cas d'arrêt du programme de formation du fait de SAVOIR PSY, l'intégralité des prestations non servies sera remboursée prorata temporis.

**5.2** Si le stagiaire est empêché de suivre la formation par suite de force majeure dûment reconnue (décès, arrêt longue maladie avec certificat médical) seules les prestations effectivement dispensées sont dues au prorata temporis de leur valeur prévue au contrat.

**5.3** En cas d'arrêt de la formation pour un autre motif que la force majeure dûment reconnue, le présent contrat est résilié suivant les modalités financières suivantes :

Les jours de formation suivis sont dûs intégralement et le stagiaire devra à titre de dommages et intérêts à SAVOIR PSY, quatre-vingt pour cent (80%) du montant initial restant à courir.

## Art 6 – Engagement du Stagiaire

Le Stagiaire s'engage à ne pas enregistrer, filmer, photographier par tous moyens ou supports durant l'action de formation.

Le Stagiaire s'engage à ne pas utiliser de reproductions, d'enregistrements, ou tout autre support mis à sa disposition par SAVOIR PSY autrement qu'à titre privé, pour sa propre formation. L'accès à l'espace collaboratif proposé par SAVOIR PSY est strictement personnel. Toute reproduction intégrale ou partielle des cours et tous autres documents ou supports transmis sans le consentement écrit de la Direction de SAVOIR PSY est interdit, et constitue une contrefaçon sanctionnée par les art. 425 et suivants du Code Pénal.

**Art 7 – Engagement de Savoir Psy**

Savoir Psy s'engage à dispenser la formation selon les modalités telles que définies dans la fiche pédagogique, mais se réserve la possibilité de changer le formateur.

La formation pouvant être annulée jusqu'à 5 jours avant le début en cas d'insuffisance d'inscriptions.

Savoir Psy ne pouvant être tenu pour responsable en cas de carence de formateur (force majeure).

Dans ces deux cas, Savoir Psy s'engage à proposer un report d'inscription sur une session ultérieure ou un remboursement de l'acompte.

Les frais de transport et d'hébergement engagés par le stagiaire restant à sa charge.

**Art 8 – Engagement déontologique**

Le Stagiaire et les différents formateurs de SAVOIR PSY sont tenus par les règles déontologiques en usage, en particulier par les règles de discrétion concernant les participants et les clients. En l'absence de déontologie officielle propre à la profession SAVOIR PSY se conforme au code de la Fédération Française de Psychothérapie et de Psychanalyse (FF2P).

**Art 9 - Droit applicable et litige**

Le présent contrat est régi par les lois et règlements français.

En cas de difficulté sur la validité, l'interprétation ou l'exécution du présent contrat, les parties s'efforceront de résoudre leur différend à l'amiable.

En cas de désaccord persistant, de plus de trois mois, à compter de la première notification concernant le différend, le litige est porté devant les juridictions françaises compétentes.

Tout litige résultant de l'exécution du contrat sera porté par-devant la juridiction du lieu du siège social de SAVOIR PSY.

Fait, en deux exemplaires originaux, à Paris	
le	Cachet de SAVOIR PSY
Signature du Stagiaire avec la mention manuscrite "lu et approuvé"	Signature de Mme Virginie Le Coz, Directrice générale
Je reconnais avoir pris connaissance du Règlement Intérieur de SAVOIR PSY en page 4 et l'accepter sans réserve.	
Date et signature du Stagiaire	
Fiche pédagogique de l'action de formation page 1 à parapher et à retourner avec le contrat	

# REGLEMENT INTERIEUR

## Article 1 : Personnel assujetti

Le présent règlement s'applique à tous les stagiaires ou étudiant.

Chaque stagiaire ou étudiant est censé accepter les termes du présent contrat lorsqu'il suit une formation dispensée par Savoir Psy.

## Article 2 Conditions générales

Toute personne en stage ou en formation doit respecter le présent règlement pour toutes les questions relatives à l'application de la réglementation en matière d'hygiène et de sécurité, ainsi que les règles générales et permanentes relatives à la discipline.

## Article 3 Règles générales d'hygiène et de sécurité

Chaque stagiaire ou étudiant doit veiller à sa sécurité personnelle et à celle des autres en respectant, les consignes générales et particulières de sécurité en vigueur sur les lieux de stage, ainsi qu'en matière d'hygiène.

## Article 4 Consigne d'incendie

Les consignes d'incendie et notamment un plan de localisation des extincteurs et des issues de secours sont affichés dans les locaux de l'organisme de manière à être connus de tous les stagiaires.

Des démonstrations ou exercices sont prévus pour vérifier le fonctionnement du matériel de lutte contre l'incendie et les consignes de prévention d'évacuation.

## Article 5 Accident

Tout accident ou incident survenu à l'occasion ou en cours de formation doit être immédiatement déclaré par le stagiaire ou l'étudiant accidenté ou les personnes témoins de l'accident, au responsable de l'organisme.

Conformément à l'article R 6342-3 du Code du Travail, l'accident survenu au stagiaire pendant qu'il se trouve dans l'organisme de formation ou pendant qu'il s'y rend ou en revient, fait l'objet d'une déclaration par le responsable du centre de formation auprès de la caisse de sécurité sociale.

## Article 6 Boissons alcoolisées

Il est interdit aux stagiaires ou aux étudiants de pénétrer ou de séjourner en état d'ivresse dans l'organisme ainsi que d'y introduire des boissons alcoolisées.

## Article 6bis Stupéfiants

Il est interdit aux stagiaires ou aux étudiants d'introduire ou de consommer des produits stupéfiants dans l'enceinte de l'établissement et ses escaliers d'accès.

## Article 7 Accès à l'espace de pause

Les stagiaires ou les étudiants ont accès à tout moment à la salle de pause. L'utilisation des appareils mis à disposition (cafetière et bouilloire électrique, réfrigérateur, four à micro-onde) est sous l'entière responsabilité des stagiaires ou des étudiants.

## Article 8 Interdiction de fumer

En application du décret n° 92-478 du 29 mai 1992 fixant les conditions d'application de l'interdiction de fumer dans les lieux affectés à un usage collectif, il est interdit de fumer dans l'enceinte de l'établissement et ses escaliers d'accès.

## Article 9 Horaires - Absence et retards

Les horaires de stage sont fixés par la Direction ou le responsable de l'organisme de formation et portés à la connaissance des stagiaires ou des étudiants à l'occasion de la remise du programme de stage ou de formation. Les stagiaires ou les étudiants sont tenus de respecter ces horaires de stage sous peine de l'application des dispositions suivantes:

- En cas d'absence ou de retard au stage, les stagiaires ou les étudiants doivent avertir le formateur ou le secrétariat de l'organisme qui a en charge la formation et s'en justifier. Par ailleurs, les stagiaires ou les étudiants ne peuvent s'absenter pendant les heures de stage, sauf circonstances exceptionnelles précisées par la Direction ou le responsable de l'organisme de formation.

- Lorsque les stagiaires ou les étudiants sont des salariés en formation dans le cadre du plan de formation, l'organisme doit informer préalablement l'entreprise de ces absences. Toute absence ou retard non justifié par des circonstances particulières constitue une faute passible de sanctions disciplinaires.

Par ailleurs, les stagiaires ou les étudiants sont tenus de remplir ou signer obligatoirement et régulièrement, au fur et à mesure du déroulement de l'action, l'attestation de présence. Ils recevront en fin de stage l'attestation de suivi de stage.

## Article 10 Accès à l'Organisme

Sauf autorisation expresse de la Direction ou du responsable de l'organisme de formation, les stagiaires ou les étudiants ayant accès à l'organisme pour suivre leur stage ne peuvent:

- Y entrer ou y demeurer à d'autres fins;
- Y introduire, faire introduire ou faciliter l'introduction de personnes étrangères à l'organisme, ni de marchandises destinées à être vendues au personnel, au stagiaires ou aux étudiants.

## Article 11 Tenue et comportement

Les stagiaires ou les étudiants sont invités à se présenter à l'organisme en tenue décente et à avoir un comportement correct à l'égard de toute personne présente dans l'organisme.

## Article 12 Information et affichage

La circulation de l'information se fait par l'affichage sur les panneaux prévus à cet effet. La publicité commerciale, la propagande politique, syndicale ou religieuse sont interdites dans l'enceinte de l'organisme.

Les stagiaires ou les étudiants ont la possibilité d'échanger des informations sur le panneau prévu à cet effet dans l'espace pause, après demande d'affichage auprès de la direction. L'accord consenti n'engage en rien la responsabilité de l'établissement quant au contenu de l'annonce.

## Article 13 Responsabilité de l'organisme

En cas de vol ou d'endommagement des biens personnels des stagiaires, l'organisme décline toute responsabilité en cas de perte, vol ou détérioration des objets personnels de toute nature déposés par les stagiaires dans son enceinte (salle de cours, locaux administratifs, vestiaires, espace de pause ...).

## Article 14 Sanction

Tout manquement du stagiaire ou de l'étudiant à l'une des prescriptions du présent règlement intérieur pourra faire l'objet d'une sanction, après entretien avec l'animateur de la formation, et, au besoin, avec le responsable de Savoir Psy.

Constitue une sanction au sens de l'article R 6352-3 du Code du Travail toute mesure, autre que les observations verbales, prises par le responsable de l'organisme de formation de l'organisme de formation ou son représentant, à la suite d'un agissement du stagiaire ou de l'étudiant considéré par lui comme fautif, que cette mesure soit de nature à affecter immédiatement ou non la présence de l'intéressé dans le stage ou à mettre en cause la continuité de la formation qu'il reçoit.

Le cas échéant, le stagiaire ou l'étudiant concerné peut être convoqué à une entrevue avec le directeur ou son représentant. Il pourra être accompagné du délégué de son stage.

## Article 15 Représentation des stagiaires

Dans les stages ou les formations d'une durée supérieure à 400 heures, un délégué des stagiaires ou des étudiants peut être élu et, éventuellement, un délégué suppléant.

Les délégués sont élus pour la durée du stage ou de la formation. Leurs fonctions prennent fin lorsqu'ils cessent, pour quelque cause que ce soit, de participer au stage ou à la formation. Si le délégué titulaire et le délégué suppléant ont cessé leurs fonctions avant la fin du stage ou de la formation, il est procédé à une nouvelle élection.

## Article 16 Rôle des délégués des stagiaires ou des étudiants

Les délégués font toute suggestion pour améliorer le déroulement des stages ou des formations et les conditions de vie des stagiaires ou des étudiants dans l'organisme de formation. Ils présentent toutes les réclamations individuelles ou collectives relatives à ces matières, aux conditions d'hygiène et de sécurité et à l'application du règlement intérieur.

## Article 17 Entrée en application

Le présent règlement intérieur est en application à compter du : 01/10/2014