



**COLLÈGE**  
**De la Pleine**  
**Conscience**

## 6 ÈME CONGRÈS

« Le Burn Out »

// du 16 au 18 avril

2021

## CURSUS 2021-2022

### « PRATICIEN EN MINDFULNESS »

**// Un programme spécial pour toutes celles et ceux qui s'investissent dans la relation à soi et à l'autre.**

Votre exercice professionnel vous confronte à des personnes en souffrance, agitées, frustrées, en perte de repère.

L'acquisition de compétences pour mieux gérer ces situations devient indispensable. La pleine conscience offre les ressources nécessaires à cette amélioration.

Le Collège et ses experts ont entrepris une réflexion sur l'intégration de la pratique de la Mindfulness au service de votre pratique professionnelle. Cette réflexion et ce travail se concrétisent par la mise en place d'un cursus pédagogique complet dans le but de devenir Praticien en Mindfulness.

## LE CURSUS

### ÉTAPE 1

//17-19 sept. 2021

Intégrer les fondamentaux de la pleine conscience  
Harmoniser les acquis

### ÉTAPE 2

//29-31 oct. 2021

Rencontrer la douleur  
S'ouvrir à la bienveillance

### ÉTAPE 3

//3-5 déc. 2021

L'Intensive

### ÉTAPE 4

//14-16 janv. 2022

Intégration de la pleine conscience dans la pratique professionnelle

### ÉTAPE 5

//4-6 mars 2022

Mise en situation  
Supervision

### ÉTAPE 6

//10-12 juin 2022

L'Envol du praticien

# RETRAITE MÉDITATIVE AU PAYS BASQUE

« LIGHT SPIRIT »

// du 19 au 23 mai 2021 - Dr. Ducoudré



## RANDONNÉE & MÉDITATION EN AVEYRON

« L'AILLEURS N'EST PAS LOIN... »

// du 19 au 26 sept. 2021 - Dr. N'Guyen

Visites, randonnées, méditations guidées et marches méditatives.

## MINDFUL MEETINGS

// les visioconférences du Collège  
8h30 - 10h30

23 JANV.

// Dr. Colonne

27 FÉV.

// Dr. Ducoudré

20 MARS

// Dr. Bisserbe

24 AVR.

// Dr. Roeser

22 MAI

// Dr. Colonne

26 JUIN

// Dr. Laurent

3 JUILL.

// Dr. Goudeaux

21 AOÛT

// Dr. Goudeaux

25 SEPT.

// Dr. Dumas

23 OCT.

// Dr. Laurent

20 NOV.

// Dr. Roeser

11 DÉC.

// Dr. Ducoudré

## ATELIERS D'AUTOMNE

// 16 et 17 octobre 2021

CORPS ACCORD

// Biarritz - Dr. Ducoudré

LA PLEINE CONSCIENCE DANS LA NATURE :  
LES BIENFAITS DE LA SYLVOTHÉRAPIE

// Parc national des Vosges - Dr. Roeser

LA MÉDITATION DE PLEINE CONSCIENCE  
POUR SE DÉFAIRE DES MAUVAISES HABITUDES

// Aix-en-Provence - Dr. Colonne

DÉPRESSION ET THÉRAPIES BASÉES SUR LA PLEINE  
CONSCIENCE : PREUVES D'EFFICACITÉ,  
QUELLES APPLICATIONS PRATIQUES

// Toulouse - Dr. Bisserbe

RÉPONDRE ET NON RÉAGIR  
APPRENDRE À PRENDRE DU RECUL

// Lyon - Dr. Dumas

LES TRÉSORS DE L'ATTENTION

// Paris - Mme. Gardet

PLEINE CONSCIENCE, MOTIVATION ET CRÉATIVITÉ

// Arcachon - Dr. N'Guyen

APPROFONDIR SA MÉDITATION

// Paris - Dr. Guattari

## COLLÈGE DE LE PLEINE CONSCIENCE

Espace Mendi Alde - Bât B - 48 avenue du 8 Mai 1945 - 64100 Bayonne

05 24 67 10 38 - info@college-pleineconscience.fr - 06 10 69 42 81 - m.renaut@college-pleineconscience.fr

www.college-pleineconscience.fr - Siret: 822 529 921 00014 - Datadock : 0071667