

Sati-Scout

Sati-scout c'est quoi ?

Sati-scout c'est des instructeurs MBSR (Mindfulness-Based Stress Reduction - Réduction du stress basée sur la pleine conscience) qui ont accepté de mettre à disposition des formations et des retraites à moindre coût pour les bénévoles et chefs EDLN !

Pour qui ?

Sati-scout s'adresse aux bénévoles et aux chefs EDLN et qui veulent approfondir leur expérience pratique de la Pleine Conscience.

Comment ?

Il suffit de prendre connaissance de la charte puis cliquer sur « Je m'inscris ! » pour remplir le formulaire. La commission

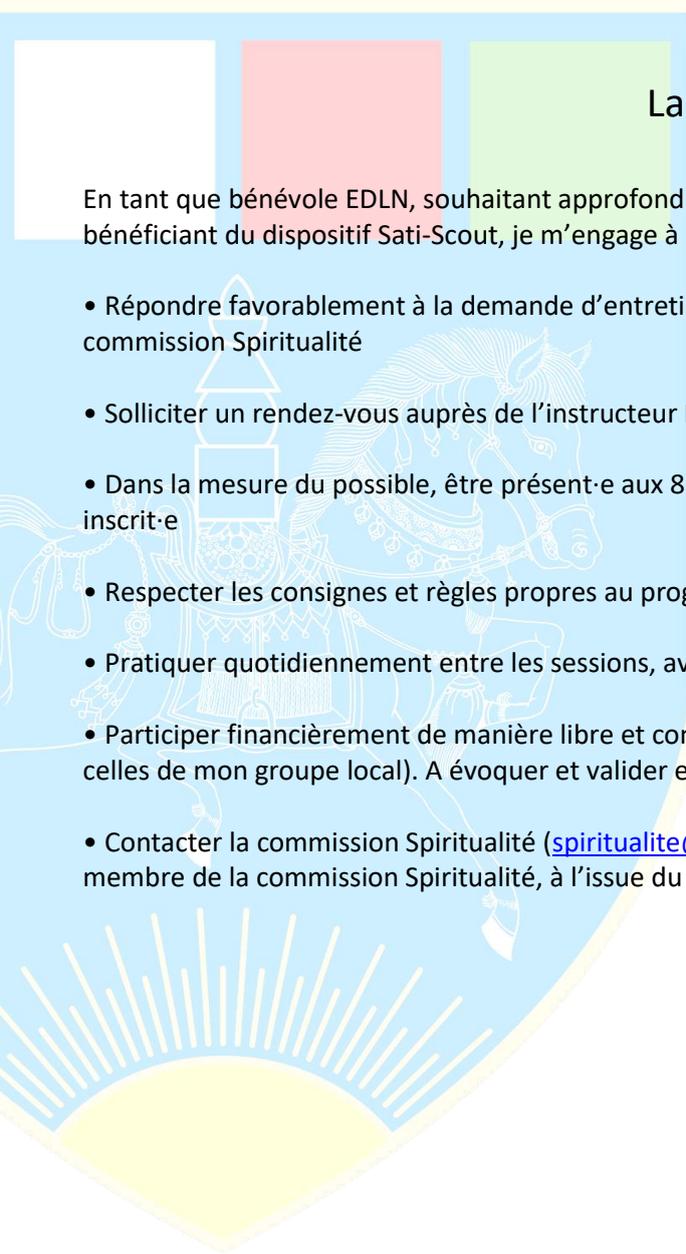


Carte des Instructeurs MBSR

Pourquoi une telle charte ?

Un certain nombre d'instructeurs de méditation MBSR ont accepté la proposition de soutenir le projet éducatif des EDLN, en te proposant le suivi de leurs programmes de méditation à moindre coût. La présente charte a pour but de proposer les bases d'un fonctionnement sain et harmonieux entre toi, le bénévole EDLN et l'instructeur MBSR.

Le respect de cette charte permet d'honorer, et respecter un don qui nous est fait. Aussi, chaque participant engage l'image du mouvement : il est important de se montrer digne des valeurs EDLN et être par son attitude un exemple. Enfin, et plus largement, le respect de cette charte permet aussi une entente cordiale entre le mouvement des EDLN et la communauté des instructeurs MBSR.



La charte

En tant que bénévole EDLN, souhaitant approfondir l'expérience de la méditation de Pleine Conscience, en bénéficiant du dispositif Sati-Scout, je m'engage à :

- Répondre favorablement à la demande d'entretien individuel préalable qui me sera faite par un membre de la commission Spiritualité
- Solliciter un rendez-vous auprès de l'instructeur MBSR choisi et vérifier les modalités et disponibilités
- Dans la mesure du possible, être présent-e aux 8 sessions hebdomadaires consécutives pour lesquelles je me serai inscrit-e
- Respecter les consignes et règles propres au programme suivi
- Pratiquer quotidiennement entre les sessions, avec curiosité et motivation, tel-le un-e éclaireur/éclaireuse
- Participer financièrement de manière libre et consciente, en fonction de mes possibilités (et éventuellement de celles de mon groupe local). A évoquer et valider en amont avec l'instructeur.
- Contacter la commission Spiritualité (spiritualite@edln.org) pour réaliser un entretien bilan qui me sera fait par un membre de la commission Spiritualité, à l'issue du programme de 8 semaines

Je m'inscris !

