Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 29 novembre 2026

Educateurs, soignants, le Codes 84 propose une formation à la méditation de pleine conscience



Le Codes de Vaucluse propose l'analyse de la pratique de la Méditation de pleine conscience ce lundi 14 juin. Objectif ? Continuer à développer ses compétences dans la construction et l'articulation des séances ou des programmes fondamentaux de la méditation de pleine conscience ; Déployer et adapter plus facilement ses compétences en contexte grâce aux ressources réflexives, aux temps de partage et aux supports méthodologiques proposés ; Réfléchir et co-construire collectivement à partir des difficultés, obstacles et réussites rencontrés en situation professionnelle ; Approfondir sa propre pratique : ancrage paisible et discernement ; Réfléchir aux enjeux éthiques, à l'intention et au choix de la pleine conscience, à sa propre posture.

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 29 novembre 2026

Etude de cas

Au programme : Etudes de cas ou situations professionnelles proposées par les participants ; Exploration collective de perspectives pour co-construire des connaissances liées aux situations explorées ; Eclairages conceptuels et méthodologiques sur les diverses pratiques, les processus psychiques sollicités et entrainés, les recommandations cliniques et scientifiques, les adaptations ; Réflexion globale sur ces types d'accompagnement spécifiques.

Les publics concernés

Les publics concernés sont les professionnels ayant participé à au moins une 1 ère formation pour instruire la méditation de pleine conscience – pleine présence (mindfulness meditation), que ce soit au Codes 84 ou dans une autre structure.

La formatrice

La formation sera délivrée par Emmanuelle Decker, psychologue, sophrologue, docteur en philosophie. Spécialisée dans les interventions basées sur la pleine conscience-Mindfulness et les champs de l'intelligence émotionnelle. Elle instruit et supervise des accompagnements et programmes utilisant la méditation de pleine conscience pour enfants, adultes et sur des thèmes variés : douleurs chroniques, stress, difficultés attentionnelles & émotionnelles… Elle intervient dans la formation pour formateurs. Elle a obtenu un MBCAS (Mindfulness-based cognitive approach for seniors) au sein de l'université de Bruxelles.

Modalités pratiques

Durée : 1 journée de 7h. 12 stagiaires maximum. 150€. La formation peut être prise en charge par un organisme de formation professionnelle. L'inscription se fait en ligne et sera validée à réception du règlement ou des modalités de prise en charge par l'employeur, à faire parvenir au Codes 84 dans les 15 jours suivants l'inscription. Pour toute demande de devis ou facture, merci de contacter le Codes au 04 90 81 02 41 ou **accueil@codes84.fr**
M.H.