

PLEINE CONSCIENCE ET AMOUR VERITABLE

Cycle de 5 ateliers en soirées

Découvrir, Approfondir, Expérimenter, Pratiquer et S'engager

Poursuivre sur son chemin de transformation personnelle et participer à l'éclosion d'une société bienveillante et humaniste grâce au

"Bonheur National Brut" (BNB)

Objectifs

- ▣ approfondir ses compétences de Pleine Conscience
- ▣ s'initier aux bases du BNB et s'aligner sur les valeurs des 4 piliers du BNB :
 - pour soi et les autres: la gouvernance de soi, ses compétences émotionnelles et sociales
 - pour le système dans lequel je vis : organisation/entreprises, écoles, collectivités etc...
- ▣ Repérer des pistes pour faire évoluer son organisation avec le BNB (méditation en action)

Afin de

- Repartir avec un nouvel élan face aux enjeux du monde actuel
- Apprécier concrètement comment participer au développement du BNB dans nos lieux de travail ou de vie.
- Décider avec plus de justesse si l'on souhaite poursuivre la formation et des projets BNB

Public : Toute personne engagée dans un chemin de transformation avec la Pleine Conscience et qui souhaite maintenant partager, s'engager et agir en intelligence et conscience collective dans son environnement

Pré-requis : avoir suivi un cycle de mindfulness (MBSR, MBCT) ou un stage/retraite en résidentiel ou justifier par ailleurs d'une pratique de méditation ou d'attention consciente.

Contenus

- principes de bases du BNB et de ses 4 piliers
- Pleine Conscience axée sur la relation de soi avec les autres et notre environnement ainsi qu'avec nos aspirations profondes de vie. Introduction aux principes de la Communication Non Violente et bienveillante et à la sociocratie.
- introduction à la technologie sociale du changement pour le BNB: le Presencing (Théorie U)

Méthodes pédagogiques :

- pratiques de Pleine conscience (Mindfulness)
- Alternance de travail sur soi et de pratiques d'intelligence et de conscience collective. Groupe de soutien avec fonctionnement en lien avec les 4 piliers. Echanges des vécus entre participants et carnet de route.

Dates, fréquence et horaires :

Cycle de 5 ateliers mensuels de 2 heures. 1 session par semestre.

(A ceux-ci peuvent s'ajouter sur demande des séances complémentaires individuelles)

- 19H – 21H
- **Prochaine session : jeudi 4 octobre 18, jeudi 8 novembre 18, les 3 autres dates seront validées avec le groupe**

Lieu : 144, rue Garibaldi Lyon 69006, chez MUTUALP

Intervenants : Animés par Claire Pousset, et ses co-équipiers si besoin : Edouard Payen et Yannick Lapiere, "formateurs/ambassadeurs BNB" et co-fondateurs du Centre BNB France

Tarifs pour les 5 ateliers :

- Tarif particulier: 225€ euros (Difficultés financières nous contacter)
- Tarif indépendants et associations : 340€ euros
- Tarif PME (<500 pers), collectivités et administration : 450€ euros
- Tarif grands groupe (>500pers) : 680€ euros

Une convention de formation professionnelle sera signée entre le Centre BNB et les participants.

Adhésion à l'association Centre BNB France:

- Particuliers et indépendants : 50€ /an
- Entreprises et associations : une participation de soutien est suggérée en participation consciente selon la taille de votre organisation.

BULLETIN INSCRIPTION

*A nous retourner dès maintenant
ou réserver en ligne :*

<https://www.weezevent.com/5-soirees-2eme-session>

Date limite d'inscription : 24 sept 2018

- **Je m'inscris aux 5 soirées du cycle. Dates : Jeudi 04 octobre et Jeudi 8 novembre 2018, les 3 autres dates seront validées avec le groupe**

Intervenants : Claire POUSSET ou Yannick LAPIERRE ou un autre Formateur/ambassadeur BNB du Centre BNB France

Horaires : 19H – 21H

Lieu : chez MUTUALP, 144, rue Garibaldi, 69006 Lyon, 6^{ème} étage

Tarifs :

- particulier: 225€ euros (Difficultés financières nous contacter)
- indépendants et associations : 340€ euros
- PME (<500 pers), collectivités et administration : 450€ euros
- Grandes entreprises (>500pers) : 680€ euros

+ adhésion à l'association 50€ minimum

Participant(e) :

Prénom : Nom :

Adresse :

Code postal : Ville :

Profession/ activité/organisation :

Email : Téléphone :

Je confirme mon inscription par le versement d'un **acompte de 40€** par:

- chèque à l'ordre de **Centre BNB France** joint à ce bulletin

Je remplis le questionnaire préalable pour la convention de formation (page 4) et le joint au bulletin

Votre place sera réservée à paiement de l'acompte. Encaissement du solde au début de stage.

Désistement: 10 j après votre inscription -> remboursement intégral; au-delà des 10 j, acompte non remboursable.

Fait le, A Signature :

Pour toutes questions, contacter Claire Pousset, 06 24 75 15 63, claire@centre-bnb.org

Bulletin à adresser par courrier postal à Centre BNB France 41 routes de Vourles 69230 St Genis Laval

QUESTIONNAIRE PREALABLE
Pour établir la convention de formation professionnelle

Formation concernée :

LE BNBles premiers pas – Pleine conscience et Amour véritable

Dates : Jeudi 4 octobre 18 et jeudi 8 novembre 2018, les 3 autres dates seront validées avec le groupe

Lieu : chez **MUTUALP**, 144, rue Garibaldi, 69006 Lyon

• **Stagiaire concerné(e)** (*Si plusieurs rajouter une liste en annexe*):

Prénom : Nom :

Profession/activité : Email

• **Signataire de la convention** (Vous-même si la demande est faite en tant que professionnel indépendant ou particulier)

Société ou Nom, prénom :

Si société, nom et titre de la personne habilitée à signer la convention :

Forme juridique : *Siret :*

Email Tel :

Adresse :

Code postal : Ville :

Commentaires éventuels :
.....

Fait à

Le :

Pour toutes questions, contacter Claire Pousset, 06 24 75 15 63, claire@centre-bnb.org

A adresser par email ou courrier postal à :

Centre BNB France 41, routes de Vourles 69230 St Genis Laval

Un parcours complet pour se former

4 temps – 22 jours : Découvrir / Initier / Approfondir / Déployer

1. Le BNB, les premiers pas...

Pour expérimenter, pratiquer, co-initier une dynamique et s'engager:

- **2 jours région lyonnaise** : Samedi 08 et dimanche 09 décembre 2018
- **5 ateliers en soirée à Lyon** : 3^{ème} cycle en 2019 - dates à venir

2. Le BNB en chemin ...

- **5 jours en résidentiel intensif** pour s'initier, s'entraîner et approfondir en s'appuyant sur la Pleine Conscience et la théorie "U"
- **Dates** : du 31 octobre au dimanche 4 novembre 2018 en Haute-Loire à 1h de Lyon et 20mn de St Etienne.

3. Voyage au pays du Bonheur

- **10 jours au Bhoutan**: Approfondir en allant à la source
- **Dates** : Après un premier voyage du 1^{er} au 10 février 2018, le suivant sera organisé en 2019.
Pré requis : avoir participé aux 5 jours ou au minimum aux 2 jours est fortement recommandé.

4. Le BNB en action

- **5 jours de co-développement** et d'aide à la mise en œuvre : Appliquer le BNB dans son environnement
- **Dates** : à préciser en 2019

Compléments en "Intra-organisations":

Dans la continuité du temps 4 le participant pourra se faire aider en "Intra" par un ou plusieurs des formateurs adhérents du Centre BNB.

Vous voulez nous aider :

Contact : contact@centre-bnb.org ou Edouard Payen au 06 85 31 51 73

Pour être informé(e), inscrivez-vous à notre newsletter sur :

centre-BNB.org