



A.M.L.E

ASSOCIATION MÉDITATION LAÏQUE
POUR L'ÉDUCATION



2025

RAPPORT

ANNUEL

SOMMAIRE

Mot de la directrice générale	03
Mot de l'équipe	04
Notre projet associatif	05
Nos programmes pédagogiques	06
Gouvernance et équipe	07
Chiffres clés 2025	08
Notre déploiement 2025	09
Temps forts	10
Projets en développement	12
Expérimentations	13
Bilan financier	14
Perspectives 2026-2027	15
Ils nous soutiennent	16
Témoignages	17

MOT DE LA DIRECTRICE GÉNÉRALE



Il y a des années qui confirment une direction, et d'autres qui invitent à la transformer. 2025 aura été les deux à la fois.

— Candice Marro, Directrice et co-fondatrice de l'AMLE

Dans un contexte éducatif marqué par une montée des enjeux de santé mentale, des transformations rapides liées au numérique et des tensions croissantes dans les établissements, l'AMLE a poursuivi sa mission avec une conviction renforcée : **accompagner les jeunes implique aussi d'accompagner les éducateurs**, en redonnant une place centrale à l'attention, au corps, aux émotions et à la qualité du lien.

Malgré un cadre institutionnel qui restreint progressivement l'accès aux interventions extérieures et aux formations pour les personnels éducatifs, nous avons choisi de renforcer notre action en complémentarité avec les institutions. En 2025, **266 professionnels ont été formés**, permettant de toucher **70 établissements** et d'accompagner près de **8 300 jeunes**. Au-delà des chiffres, une transformation profonde s'opère : les équipes éducatives souhaitent désormais intégrer ces approches dans la durée, confirmant l'évolution vers des formats intra-établissement plus structurants.

Le **lancement du programme européen WISE-UP dans 16 établissements** témoigne de cette dynamique, en apportant des réponses concrètes aux enjeux numériques et à leurs impacts sur la santé mentale. Parallèlement, nos ancrages territoriaux se consolident, notamment au sein des **cités éducatives** où nous sommes engagés **depuis quatre ans**, affirmant l'importance d'une présence continue et co-construite avec les acteurs locaux.

L'année a également été marquée par l'ouverture de nouveaux terrains d'expérimentation, comme le projet pilote avec la **Protection Judiciaire de la Jeunesse** ou les actions menées en **SESSAD en Guadeloupe**, confirmant la pertinence de ces approches auprès de publics variés et dans des contextes exigeants. Ces avancées s'appuient sur la force de notre communauté, dont l'engagement et la créativité nourrissent l'évolution constante des pratiques — à l'image du travail mené cette année par la **cellule petite enfance**.

2025 aura aussi été une année d'ajustements et de clarification stratégique. Face aux évolutions institutionnelles et organisationnelles, l'AMLE poursuit son développement en restant fidèle à son intention fondatrice : créer des espaces où chacun — jeune ou adulte — peut développer ses ressources intérieures et renforcer sa capacité à apprendre, à se relier et à agir.

Plus que jamais, les compétences psychosociales apparaissent comme un levier essentiel pour soutenir les éducateurs, prévenir les violences et répondre aux défis éducatifs contemporains.

Grâce à l'engagement des instructeurs, des partenaires institutionnels, de notre mécène Nouveau Monde et des équipes éducatives, l'AMLE continue de semer des graines de transformation dans des terrains parfois exigeants, mais profondément fertiles.

MOT DE L'ÉQUIPE

L'année 2025 a été une année charnière pour l'AMLE. Une année où nous avons fait un choix clair : consolider. Consolider nos formats, nos méthodes, notre pilotage, notre capacité à accompagner les équipes éducatives avec exigence, dans un contexte où la tension émotionnelle et relationnelle dans les établissements n'est plus l'exception mais le quotidien.

Les professionnels de l'éducation et de l'accompagnement tiennent, souvent, avec peu. Ils absorbent la fatigue, les conflits, la surcharge attentionnelle, les fragilités psychiques, parfois sans espace pour déposer, sans outils simples, sans relais. Dans ce paysage, les compétences psychosociales ne relèvent pas d'un supplément. Elles constituent un socle : pour soutenir le bien-être mental, améliorer le climat relationnel, et créer les conditions qui rendent à nouveau possible l'attention, l'apprentissage et la coopération.

C'est précisément le rôle que l'AMLE veut jouer : **outiller les adultes qui accompagnent les jeunes**, et permettre une diffusion durable de pratiques éducatives concrètes, accessibles et appuyées sur la recherche.

En 2025, nous avons franchi plusieurs étapes structurantes : le lancement de la version **e-learning de PAUSE**, pour rendre nos outils plus accessibles et le déploiement de **WISE-UP, projet européen** de trois ans sur la santé mentale et le bien-être numérique des adolescents, déjà engagé dans **16 établissements, avec 147 éducateurs formés et 806 jeunes sensibilisés**.

L'année a également été marquée par une dimension plus institutionnelle : notre participation à une **conférence à l'ONU**, qui a mis en lumière l'importance de la régulation émotionnelle et de la qualité relationnelle au sein même des grandes organisations. Voir ces sujets portés à ce niveau, avec la présence de figures internationales comme **Jon Kabat-Zinn**, confirme une intuition forte : les enjeux de bien-être mental ne sont pas périphériques. Ils structurent notre capacité collective à éduquer, à coopérer et à faire société.

Ces avancées n'auraient pas été possibles sans nos partenaires : les financements européens, et le soutien du **fonds de dotation Nouveau Monde**. Ils nous permettent de consolider notre modèle économique et de renforcer progressivement l'équipe support, condition indispensable pour un développement solide et pérenne.



Merci à toutes celles et ceux qui ont contribué à cette année de consolidation. En 2026, nous voulons poursuivre avec la même ligne : **moins de dispersion, plus d'impact**, et une ambition intacte, faire des compétences psychosociales une réalité concrète pour chaque équipe éducative, et donc pour chaque jeune.

L'équipe AMLE.

NOTRE PROJET ASSOCIATIF

Agir pour le bien-être mental et les compétences psychosociales des jeunes

L'AMLE développe depuis 2015 des **programmes éducatifs fondés sur les neurosciences**. Notre approche est appuyée sur la recherche et intégrée à l'éducation comme un **levier de compétences psychosociales**.

NOTRE VISION

Renforcer le **bien-être mental des jeunes** en **outillant les adultes qui les accompagnent**. L'AMLE développe des outils éducatifs concrets pour aider les enfants et les adolescents à **mieux accueillir leurs émotions, leur attention et leurs relations**, dans les contextes scolaires et socio-éducatifs.



NOS AXES D'ACTIONS

FORMER

Grâce aux subventions, faciliter la formation des éducateurs à des pratiques éducatives favorisant le bien-être mental et un climat relationnel apaisé.

ACCOMPAGNER

Accompagner la mise en œuvre de ces pratiques auprès des jeunes, sur le terrain.

CONTRIBUER

Participer à des dynamiques de recherche, d'innovation pédagogique et de coopération.

DES PROGRAMMES PÉDAGOGIQUES INNOVANTS

BASÉS SUR LES NEUROSCIENCES

Des parcours structurés et codifiés qui développent les compétences cognitives, émotionnelles et sociales essentielles à la santé mentale et au climat scolaire.

PAUSE – PRENDRE SOIN DE SOI

Destiné aux éducateurs pour un premier pas vers un bien-être au travail : pratiques simples autour du stress, des émotions & des relations.

P.E.A.C.E.® – TRANSMETTRE LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES (CPS)

Permettre aux éducateurs d'animer des séances avec les élèves pour favoriser l'attention, concentration, la régulation des émotions, la coopération et l'empathie.

WISE-UP – SANTÉ MENTALE & NUMÉRIQUE

Projet Erasmus+ 2025–2027 pour former les équipes éducatives à une pédagogie innovante adaptée aux usages numériques des adolescents.

PAUSE – 5 MODULES

1. Introduction à la présence attentive, aux concepts, bienfaits, techniques
2. Attention consciente : posture, respiration, sensations corporelles
3. Compréhension et régulation des émotions
4. Compréhension et gestion du stress
5. Cultiver des émotions positives et des ressources intérieures

P.E.A.C.E.® – 10 MODULES

1. Développer l'attention au corps et au souffle
2. Approfondir le ressenti corps-souffle
3. Renforcer la stabilité et l'équilibre
4. Exercer ses capacités de concentration
5. Prendre conscience des émotions
6. Faire face au stress et aux émotions
7. Développer la confiance en soi
8. Cultiver l'empathie
9. Soutenir les autres et coopérer
10. Partager et transmettre

WISE-UP – 8 MODULES

1. Santé mentale, bien-être numérique et présence attentive
2. Lien corps-esprit et ancrage corporel
3. Attention et conscience élargie (exercices sensoriels)
4. Biais de négativité & ressources positives
5. Stress & numérique : fenêtre de tolérance, hygiène digitale
6. Communication consciente et coopération en classe
7. Accueil des émotions difficiles & comportements inadaptés
8. Applications pratiques en classe, équipe éducative et familles

GOUVERNANCE & ÉQUIPE

CONSEIL D'ADMINISTRATION



CAROLINE LESIRE

Présidente

Co-fondatrice & Directrice
d'Émergences.



BARBARA FOUCAULT

Vice-Présidente

Psychologue scolaire



SOLANGE ÉON

Trésorière

Infirmière D.E. retraitée



CÉLINE NICOLAS

Secrétaire Générale

Professeure agrégée
en poste



ANNE-MARIE LAFONT

Administratrice

Professeur, formatrice
académique, autrice.



CHRISTIANE ROLIN

Administratrice

Psychologue clinicienne,
instructrice MBSR

ÉQUIPE OPÉRATIONNELLE



CANDICE MARRO

Directrice générale

& Co-fondatrice de l'AMLE



ELSA DELAUNAY

**Chargée de communication
& opérationnel**



SOPHIE BIELLE

**Chargée de vie associative
& suivi des apprenants**

FORMATEURS / FORMATRICES



CHRISTOPHE FRAEFEL



CANDICE MARRO



SOLANGE EON



CÉLINE SPIQUEL



ANNE-MARIE LAFONT



CHRISTIANE ROLIN



BARBARA FOUCAULT



GABRIELA LEONE



SOAZIG NIZAN



BÉATRICE MAMET



CÉLINE NICOLAS



24

formateurs actifs

CHIFFRES CLÉS

2025



8 359

JEUNES
BÉNÉFICIAIRES



266

PROFESSIONNELS
FORMÉS



25

BOURSES
ALLOUÉES



70

ÉTABLISSEMENTS
PARTENAIRES



16

ACADÉMIES
D'INTERVENTION



A.M.L.E

NOTRE DÉPLOIEMENT 2025

L'année 2025 confirme une évolution majeure dans les modalités de déploiement de l'AMLE, révélatrice des **transformations profondes du système éducatif**. Face à des enjeux croissants de santé mentale, de climat scolaire et de prévention des violences, les **établissements expriment un besoin accru** d'approches intégrées permettant de soutenir durablement les équipes éducatives et les jeunes.

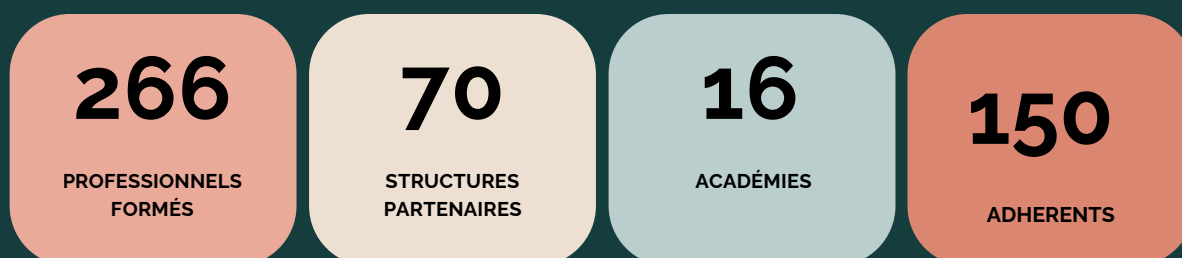
Dans ce contexte, l'AMLE observe un déplacement progressif des attentes : au-delà des interventions ponctuelles, **les acteurs de terrain recherchent désormais des dispositifs structurants favorisant l'appropriation des pratiques par les professionnels eux-mêmes**. Le déploiement du programme WISE-UP dans 16 établissements illustre cette évolution vers des modèles plus intégrés, centrés sur la **formation des équipes** et la diffusion durable des compétences psychosociales.

Parallèlement, l'association poursuit une double dynamique : **consolider ses ancrages territoriaux** de long terme, notamment dans les **cités éducatives**, et explorer de nouveaux terrains d'intervention à travers des **projets pilotes**, comme les actions menées avec la **Protection Judiciaire de la Jeunesse** ou en structures médico-sociales, qui ouvrent des perspectives d'adaptation à des publics et contextes variés.

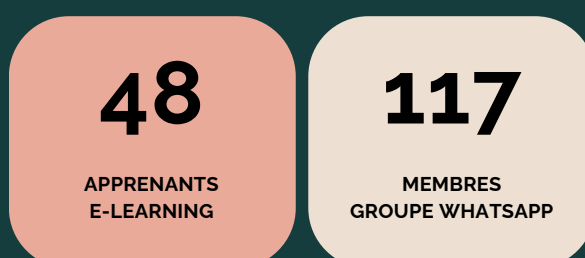
Le déploiement s'inscrit cependant dans un **environnement institutionnel en mutation**. La fermeture progressive de l'Éducation nationale aux interventions extérieures et la **réduction de l'accès à la formation des personnels éducatifs** redéfinissent les conditions d'action. Dans le même temps, la **multiplication de "boîtes à outils"** internes autour des compétences psychosociales et de la santé mentale souligne une prise de conscience réelle, mais **souvent déconnectée d'un accompagnement à l'intégration** et d'un travail sur la **posture éducative** nécessaire à leur transmission.

Face à ces évolutions, l'AMLE renforce une stratégie de déploiement fondée sur la **formation des équipes, la co-construction territoriale et l'intégration des pratiques dans les environnements éducatifs**. Cette orientation reflète une conviction centrale : les compétences psychosociales ne constituent plus une approche complémentaire, mais un levier structurant pour répondre aux défis éducatifs contemporains.

SUR LE TERRAIN



EN LIGNE



TEMPS FORTS



MARS

Pedagogies of Togetherness (Erasmus+)

Projet européen pour concevoir et tester des pratiques éducatives qui renforcent la coopération, le lien social et le vivre-ensemble.



MARS



Lancement du projet européen WISE-UP

Projet européen de 3 ans pour répondre aux enjeux de santé mentale et de bien-être numérique des jeunes, en outillant les équipes éducatives et en sensibilisant les élèves avec des ressources concrètes.



JUIN

Sortie de l'e-learning PAUSE

Mise en ligne d'une version e-learning de PAUSE pour rendre la formation plus accessible et permettre un déploiement plus large auprès des professionnels de l'éducation.



JUILLET

Université d'été

Temps fort annuel rassemblant la communauté AMLE autour d'une immersion "Éducation à la paix" : pratiques, ateliers, échanges et ressourcement.



TEMPS FORTS



SEPTEMBRE

SoGood Festival

Présence de l'AMLE sur un temps fort grand public dédié à l'innovation sociale, pour faire connaître ses programmes et créer des liens avec l'écosystème engagé.



SEPTEMBRE



Déploiement WISE-UP

Déploiement dans l'Éducation nationale : lancement en France dans 16 collèges et lycées, avec 147 enseignants en formation et ateliers prévus auprès de plus de 800 élèves. Une étude européenne de mesure d'impact scientifique va s'étaler sur 2 ans.



DÉCEMBRE

Sommet à l'ONU (Genève)

Participation à la conférence "United and Present" au Palais des Nations, dédiée à la place des pratiques de présence et de régulation intérieure dans les institutions.

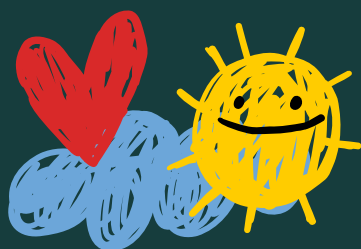


Et c'est sans compter les nombreux échanges avec les **membres de la communauté**, leur dynamisme en local, les partages d'expériences, **intervisions**, groupes locaux et groupes thématiques !

PROJETS EN DÉVELOPPEMENT

PROMOTION DE LA SANTÉ DIRECTION TERRITORIALE DE LA PROTECTION JUDICIAIRE DE LA JEUNESSE

Programme PEACE® auprès des jeunes suivis par la
Protection Judiciaire de la Jeunesse (PJJ)
En Moselle, un projet pilote co-construit avec Céline Spiquel
et Fabrice GEORGEN, **conseiller technique santé** de la
Protection Judiciaire de la Jeunesse (voir focus)



ADAPTATION PEACE® PETITE ENFANCE & SANTÉ MENTALE

En 2025, l'AMLE a lancé un groupe de travail d'institutrices dédié à l'adaptation du **programme PEACE® pour la petite enfance**. Cette démarche collaborative a permis de co-construire des pratiques adaptées aux **besoins des tout-petits**, centrées sur la conscience corporelle, les émotions et le lien relationnel. Un groupe de travail a également débuté pour réfléchir aux adaptations pour la **prévention en santé mentale** de la jeunesse.

CITÉS ÉDUCATIVES

En 2025, 22 classes des dispositifs Cités Educatives ont reçu le programme P.E.A.C.E.® dans le g1 et en Guadeloupe, grâce à l'engagement des coordinatrices Béatrice Mamet et d'Audrey Le Houerou et leurs équipes d'institutrices!



EXPÉRIMENTATIONS

14

PROFESSIONNELS
PJJ FORMÉS

40

JEUNES
BÉNÉFICIAIRES

Programme PEACE
auprès des jeunes
suivis par la
Protection Judiciaire
de la Jeunesse (PJJ)

“Malgré la variabilité des groupes et les contraintes institutionnelles, les jeunes ont montré une réelle ouverture aux pratiques.

Plusieurs ont exprimé ressentir un apaisement après les séances et une meilleure capacité à identifier leurs émotions ou à mobiliser des outils de respiration dans des moments de stress.”

Céline Spiquel - Intervenante et co-conceptrice du pilote

En 2025, l'AMLE a poursuivi une action particulièrement emblématique de sa mission : rendre accessibles des outils de régulation émotionnelle et de développement des compétences psychosociales à des **publics souvent éloignés des dispositifs traditionnels de prévention en santé mentale**.

À la suite de la sollicitation du **conseiller technique santé de la Protection Judiciaire de la Jeunesse (PJJ)**, un projet pilote a été lancé en **Moselle** afin d'implanter le programme P.E.A.C.E.® auprès de jeunes suivis dans **deux structures** : une **Maison d'Arrêt (MEMA)** et une **Unité Éducative d'Hébergement Collectif (UEHC)**.

Cette première année a mis en évidence plusieurs leviers clés pour la suite : **favoriser des groupes plus stables** pour un déploiement complet du protocole ; renforcer la **formation des équipes** pour soutenir la continuité ; **adapter les formats** aux réalités spécifiques des structures judiciaires.

Cette **collaboration institutionnelle** forte témoigne de la **reconnaissance croissante** des approches psycho-éducatives basées sur l'attention, le corps et les émotions dans l'accompagnement de **jeunes en situation de grande vulnérabilité**.

L'implémentation du programme a été menée par Céline Spiquel, formatrice accréditée PEACE et PAUSE et psychopraticienne en psychologie positive. Dans un environnement marqué par de fortes contraintes et instabilités organisationnelles, les ateliers ont été conçus comme des **espaces sécurisés** permettant **régulation du stress** et des **émotions, conscience de soi et attention, estime personnelle et confiance en soi**, et **expression émotionnelle**. La **qualité de présence** et l'**alliance éducative** ont ouvert des espaces de parole rares.

Ces apprentissages constituent une base solide pour envisager **un modèle reproductible et transférable à d'autres territoires**.

EXPÉRIMENTATIONS

Favoriser l'attention, la régulation émotionnelle et l'inclusion : un atelier co-construit avec un SESSAD.



Un projet co-porté par l'AMLE et le **SESSAD Espoir – Guadeloupe**, mis en œuvre en 2025 auprès d'un groupe d'enfants suivis en **structure médico-sociale**.

Porté par **Audrey Le Houerou**, ce format inédit mêle pleine conscience, expression corporelle et ancrage culturel, pensé pour des enfants accompagnés par un SESSAD, notamment avec **troubles de l'attention, difficultés de régulation émotionnelle** ou **troubles du neurodéveloppement**.

Objectifs : renforcer l'attention, la concentration et l'estime de soi ; favoriser la régulation émotionnelle ; stimuler l'expression libre et la confiance ; créer un cadre sécurisant, soutenant et valorisant.

Conçu comme un **complément aux accompagnements éducatifs et thérapeutiques**, l'atelier articule deux temps :

1. **Atelier de pleine présence** (basé sur le programme PEACE®) : attention au souffle et aux sensations, conscience du corps, confiance, ancrage.
2. **Expression corporelle & culturelle** (TAI KI KA) : une approche créée en Guadeloupe mêlant danse, arts martiaux, yoga et percussions KA, pour canaliser les émotions, renouer avec le corps et valoriser les racines culturelles.

« Les enfants s'apaisent plus vite, ils développent une meilleure conscience corporelle et osent davantage s'exprimer. Les éducateurs ont observé des transferts positifs dans les interactions du quotidien. »

– **Retour de terrain du SESSAD Espoir**

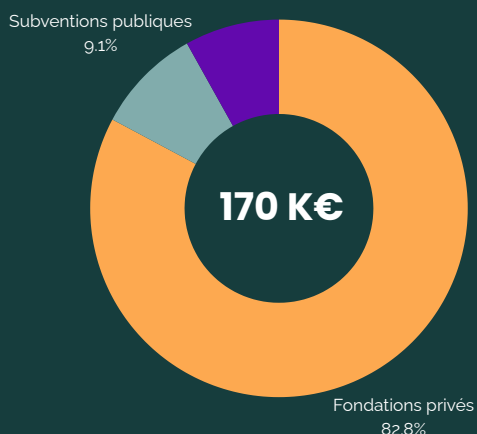
Le projet a ensuite été **présenté à tous les SESSAD de Guadeloupe** comme projet innovant, avec de nouvelles demandes d'interventions à prévoir.

NOTRE BILAN FINANCIER

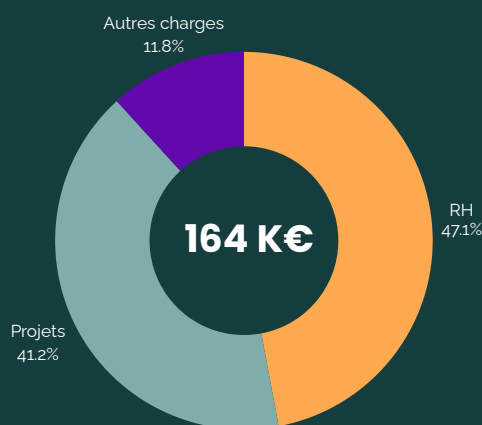
Nous avons pu déployer notre activité grâce au financement de mécénat, l'obtention de subventions publiques et européennes et à une part d'autofinancement issue des interventions sur le terrain.

Le montant des ressources totales s'élève à 170K € pour l'année 2025 (+/-% vs 24) pour des dépenses de 164K €.

Répartition des recettes



Répartition des dépenses



Un modèle en consolidation, soutenu par des partenaires engagés

En 2025, l'AMLE a pu s'appuyer sur des partenariats financiers structurants, combinant **financements européens**, dispositifs **cités éducatives**, **ARS/promotion santé**, et soutien philanthropique via le **fonds de dotation Nouveau Monde**.

Ces appuis ont permis de changer d'échelle sur certains projets, tout en améliorant la visibilité et la rigueur du pilotage financier de l'association.

Cette phase de consolidation marque une étape clé : elle crée les conditions pour structurer durablement l'équipe, sécuriser les fonctions transverses et accueillir de nouveaux partenaires mécènes désireux de contribuer à un développement à la fois ambitieux et maîtrisé.

NOUVEAU MONDE

Fonds de dotation

Erasmus+

Enrichit les vies, ouvre les esprits.

ERASMUS+ est un programme de l'Union européenne qui promeut l'éducation, la jeunesse et le sport.



Cofinancé par l'Union européenne
Dans le cadre du programme Erasmus
Accord de subvention n° 101196078

PERSPECTIVES 2026-2027:

VERS UNE DYNAMIQUE DE TRANSFORMATION ÉLARGIE

L'année 2026 s'ouvre comme une étape d'évolution essentielle pour l'AMLE, portée par la maturation progressive des programmes développés ces dernières années et par une reconnaissance croissante des enjeux liés à la santé mentale, aux compétences psychosociales et à la qualité du climat éducatif.

Après une phase d'expérimentation et d'ancrage territorial, l'ambition se déplace progressivement : il ne s'agit plus seulement de déployer des interventions ou des formations, mais de contribuer à des **dynamiques de transformation plus globales**, capables **d'accompagner durablement les équipes éducatives et les environnements d'apprentissage**. Cette orientation se traduit par un renforcement des formats favorisant **l'autonomie des professionnels**, la **co-construction avec les territoires** et l'intégration des pratiques dans le fonctionnement **quotidien des établissements**.

Le développement des programmes PEACE et WISE-UP s'inscrit pleinement dans cette dynamique, en proposant des approches transversales articulant compétences psychosociales, bien-être et compréhension des enjeux numériques. Leur déploiement progressif ouvre la voie à des modèles plus structurants, capables de **relier formation, accompagnement et évolution des postures éducatives**.

Cette évolution s'inscrit toutefois dans un contexte particulier pour notre structure historiquement associée au champ de la méditation laïque. Une méfiance institutionnelle durable à l'égard de certaines approches constitue aujourd'hui un défi réel. Plutôt que de freiner le développement, ces évolutions invitent l'AMLE à **faire évoluer son positionnement et ses modalités d'action** afin de renforcer sa **lisibilité institutionnelle** et son **inscription** dans les **politiques publiques** éducatives et de santé.

Dans cette perspective, **une réflexion stratégique est engagée autour de l'évolution de l'écosystème organisationnel** afin de mieux refléter la réalité des pratiques développées et à affirmer un objet social élargi, dépassant une approche exclusivement centrée sur la méditation laïque. Cette évolution s'inscrit comme un prolongement naturel du chemin parcouru, permettant d'**intégrer pleinement des méthodologies complémentaires** autour de la santé mentale, des pédagogies relationnelles et de l'accompagnement des professionnels.

Plus largement, cette transformation ouvre la possibilité de renforcer les passerelles entre acteurs éducatifs, sociaux et de la santé mentale, et de contribuer à structurer un écosystème capable de soutenir des changements durables. L'ambition pour 2026 n'est pas seulement de poursuivre les actions existantes, mais de **créer les conditions d'un impact systémique**, en accompagnant les évolutions culturelles et pédagogiques à l'œuvre dans le monde éducatif.

ILS NOUS SOUTIENNENT

En 2025, nous avons continué à collaborer avec d'autres acteurs éducatifs, institutionnels et initiatives d'intérêt général pour soutenir la santé mentale et le bien-être des jeunes collectivement.

INSTITUTIONNELS



PARTENAIRES



PARRAINS



EUROPE



ILS EN PARLENT MIEUX QUE NOUS



Voir notre mur de
témoignages



Exercices que j'ai repris en classe en début d'heure quand j'en ressens le besoin, ou quand je sens que les élèves en ont besoin. Cela me fait une vraie petite bulle d'oxygène, dans la "tempête" de la journée de travail.

Un programme très progressif, il y a toujours différents outils proposés en fonction des problématiques.

Votre accueil était bienveillant, la théorie comme les pratiques enrichissantes.

Ça m'a permis dans mon accompagnement auprès des enfants à me positionner dans une écoute, à ne plus les diriger, à attendre que ça vienne d'eux.

En tant que directrice d'école, j'ai noté des effets sur les élèves mais aussi sur les enseignants. Un climat de classe apaisé, serein, de la bienveillance et une meilleure concentration

Suivre la formation PAUSE a créé des choses différentes dans ma façon d'aborder mon travail. J'ai mis en place le temps de méditation tous les midis pour moi pour reprendre la classe de manière beaucoup plus calme et posée. Ça m'aide vraiment beaucoup. Et je trouve que cette formation, elle me fait beaucoup réfléchir sur ma manière d'être avec les enfants, sur ma manière d'être aussi avec moi-même, c'est certain, mais aussi sur ma manière d'être avec les enfants et je sens que je suis sur un cheminement. Ce n'est pas encore terminé, mais en tout cas, je sens que ça a semé quelques petites graines qui me font réfléchir différemment. Un grand merci !

"Peace m'a aidé à être plus attentif. Ça m'aide à me calmer plus facilement à la maison, à l'école. J'adore les pratiques parce que ça m'a aidé aussi à être plus ouvert à ce qui se passe autour de moi.

Merci !

Soutenons ensemble la santé mentale et le bien-être
des jeunes et des éducateurs.

Rendez-vous sur notre site
pour plus d'informations.



<https://meditation-enseignement.com>



ame.equipe@gmail.com



Avec le soutien de

NOUVEAU MONDE

Fonds de dotation