



Formation d'enseignants 2020-2024

Charte de l'Ecole

Objectifs

Le yoga a pour but le développement de l'être humain dans ses capacités

- physiques et physiologiques,
- relationnelles et psychologiques,
- éthiques et spirituelles.

La formation d'enseignants cherche à soutenir le processus de découverte et de connaissance de soi à tous les niveaux. Il s'agit aussi d'acquérir des outils professionnels pour la transmission du yoga, basés sur la rigueur et l'intégration. Ces outils se déploient sur trois domaines :

1. connaissance (anatomie, philosophie...),
2. savoir-faire (méthodologie, didactique, âsana, prânâyâma,...),
3. savoir-être (introspection, développement personnel, communication interpersonnelle...).

Voir le plan d'étude pour les détails.

Conditions

Attestation et examens

Pour l'obtention de l'attestation de fin de Cycle I les conditions suivantes doivent être réunies :

- Les tests de fin d'année doivent être réussis,
- Un maximum de 20% d'absence/année est acceptable si justifiée et le contenu « rattrapé ».

Supports de cours

- La reproduction/réutilisation des documents distribués par Yoga7 doit faire l'objet d'une demande explicite.



Vie en communauté

Respect du lieu des cours

Propreté,
rangement de la cuisine et des vestiaires en fin de journée,
tours de rôle pour le seva dans l'espace cuisine.

Les téléphones portables sont éteints complètement lors des cours afin de rester centré sur le moment présent et d'avoir une atmosphère moins chargée en électrosmog.

La salle de yoga est un lieu de rencontre avec soi-même et avec les autres et dans ce sens elle est un « temple, un « dojo ». Dans cet esprit, aucune nourriture n'est consommée pendant les cours. Les boissons dans un récipient fermé sont acceptées.

Respect du travail des formatrices

Ecoute,
rendus de travaux en temps et en heure,
ponctualité en début de session et lors des pauses,
usage des toilettes autant que possible, uniquement pendant les pauses.

Respect du travail du secrétariat

Paiements en temps et en heure,
Absences annoncées à l'avance.

Pratique du Yoga

Suivi des 33 cours annuels compris dans la formation, c'est un minimum.
Si possible suivre des cours supplémentaires réguliers à Yoga7 ou ailleurs en fonction du lieu de résidence/travail.



Charte Interne au groupe

Respecter l'autre et soi-même

Pratiquer la bienveillance envers les autres et envers soi-même

Faire preuve d'entraide, de soutien et d'encouragement

Pratiquer l'écoute

Respecter le droit à la parole de chacun

Faire preuve d'ouverture d'esprit

Parler à partir de soi (« Je », communication non-violente...)

Se responsabiliser dans ses pensées et actes

Eviter les jugements

Rester léger/zen

Pratiquer le don de soi

Pouvoir se remettre en question

Être authentique dans ses actes

Créer/entretenir une ambiance conviviale

Respecter la confidentialité des échanges

Nom et Prénom :

Je m'engage à pratiquer du mieux possible les principes énoncés dans la charte ci-dessus afin de contribuer au bon fonctionnement de la formation et au bien-être de tous.

Signature