



## Formulaire d'inscription

# Journée d'orientation pour la formation d'instructeur MBSR (FR14)

**Date & lieu :** samedi 17 janvier 2026 en ligne (via Zoom)

**Horaires :** 9h-13h.

**Instructeurs :** Ingrid van den Hout, Stéphane Faure & Cécile Ducher

Au cours de l'orientation, nous pratiquerons certains exercices du programme MBSR, explorerons la structure du programme MBSR et présenterons les aspects pratiques et administratifs de la formation d'instructeur MBSR dispensée par Euthymia en collaboration avec l'IMA.

Cette orientation est destinée aux personnes qui envisagent sérieusement de suivre la formation d'instructeur MBSR. L'objectif est de leur fournir les éléments leur permettant de décider si elles souhaitent participer à la formation. C'est également l'occasion pour les formateurs de l'IMA de rencontrer les candidats et d'examiner leurs qualifications.

### **Cher candidat, chère candidate,**

Veillez remplir le formulaire sur votre ordinateur et le renvoyer par mail à Cécile (cecile.ducher@euthymia.fr). Vous pouvez aussi remplir le formulaire en ligne sur l'extranet d'Euthymia. Vous recevrez une confirmation par e-mail une fois votre formulaire d'inscription reçu.

Ce formulaire est destiné à l'inscription pour la **journée d'orientation** et nous permet connaître votre profil. Ce n'est pas le contrat d'inscription à la formation elle-même, qui vous sera distribué au cours de la journée d'orientation. Veuillez noter cependant que les informations seront utilisées pour évaluer votre candidature et nous vous demandons par conséquent de répondre à toutes les questions de manière aussi complète que possible.

### **Contact**

Cécile Ducher, co-gérante de l'organisme de formation Euthymia, coordonne la formation d'instructeur de l'IMA en France.

**Site web :** [www.euthymia.fr](http://www.euthymia.fr)

**Courriel :** [cecile.ducher@euthymia.fr](mailto:cecile.ducher@euthymia.fr)

**Téléphone :** 06.28.35.70.81



### Détails personnels

<b>Nom</b>			
<b>Prénom</b>			
<b>Adresse</b>			
<b>Code postal</b>		<b>Ville</b>	<b>Pays</b>
<b>Téléphone</b>		<b>Date de naissance</b>	
<b>Tél. portable</b>			
<b>Courriel</b>		<b>Site Internet</b>	

### Profession / Education

<b>Profession / Poste</b>	
<b>Quel genre de travail exercez-vous ?</b>	
<b>Études, Diplômes, Certifications</b>	
<b>Accréditations Professionnelles</b>	



<b>Expérience</b>		
<b>Avez-vous une expérience du yoga ?</b>	Oui	Non
<b>Veillez préciser combien de temps vous avez pratiqué et quelle forme de yoga :</b>		
<b>Expérience avec une autre forme de mouvement méditatif</b> (Par exemple Tai Chi, Qigong, Aïkido, arts martiaux, danse méditative, etc.)	Oui	Non
<b>Veillez préciser combien de temps vous avez pratiqué et quelle forme :</b>		
<b>Avez-vous une expérience dans la gestion de groupes ?</b>	Oui	Non
<b>Si oui, veuillez donner un bref aperçu de votre expérience :</b>		
<b>Êtes-vous familier avec les programmes MBSR ou MBCT, soit par la lecture soit parce que vous les avez vous-même pratiqués ?</b>	Oui	Non
<b>Avez-vous participé à un programme MBSR/MBCT en 8 semaines ?</b>	Oui	Non
<b>Si oui, dates, lieu et <u>type</u> de cours :</b>		
<b>Nom de l'Instructeur MBSR ou MBCT :</b>		
<b>Enseignez-vous le programme MBSR ou MBCT ?</b>	Oui	Non



<b>Proposez-vous actuellement la pleine conscience dans votre cadre professionnel ?</b>	Oui	Non
<b>Si oui, veuillez fournir quelques détails :</b>		
<b>Veuillez donner des détails sur les formations en lien avec la pleine conscience que vous avez suivies (année, sujet, nom de l'instructeur) :</b>		
<b>Pratique personnelle de la pleine conscience</b>		
<b>Avez-vous une pratique de la pleine conscience ?</b>	Oui	Non
<b>Si oui, depuis combien d'années ?</b>		
<b>Avec qui et où avez-vous appris la pleine conscience ?</b>		
<b>A quel rythme pratiquez-vous la pleine conscience ?</b> Par exemple, indiquer combien de fois vous pratiquez par semaine.		
<b>Pratiquez-vous régulièrement une forme traditionnelle de méditation ?</b>	Oui	Non





## Motivation pour participer au programme de formation

**Veillez répondre aux deux questions suivantes à la suite des questions ou sur papier libre. Cette information est importante pour l'évaluation de votre candidature, si vous choisissez de vous inscrire au programme de formation. Les détails sont bienvenus.**

1. Pourquoi voulez-vous enseigner le MBSR et / ou MBCT ?
2. Veuillez décrire votre pratique de la méditation et le rôle qu'elle a joué dans votre vie ?

**Date :**..... **Signature :** .....

**Merci de retourner le formulaire à l'IMA par courriel :  
[mbsr-france@institute-for-mindfulness.org](mailto:mbsr-france@institute-for-mindfulness.org)**