



2^e édition

THE MOMENT

Mindfulness

et Santé Mentale

SAVE THE DATE

Toulouse - Centre de Congrès Pierre Baudis
2 et 3 décembre 2016



Président du Congrès

Laurent SCHMITT

Chef de Service du service de
Psychiatrie – Hôpitaux de Toulouse
Toulouse, FRANCE

Comité d'Organisation

Amandine BONNET

Psychologue, Psychothérapeute,
Instructrice MBSR/MBCT, DU
Médecine Neurosciences Méditation
Toulouse, FRANCE

Raphaël GIACHETTI

Psychiatre, Psychothérapeute,
Instructeur MBCT
Toulouse, FRANCE

Soutenus par l'engouement des participants et portés par la passion et les compétences des intervenants de la première édition, nous espérons que cette nouvelle manifestation sera aussi riche de rencontres, d'échanges et de partages d'expériences.

A nouveau, nous vous invitons à pratiquer, à débattre, à confronter vos points de vue et à participer au développement des connaissances autour de la pleine conscience.

A nouveau, ce sera l'occasion pour vous de devenir l'un des maillons essentiels dans la diffusion et la transmission de cette pratique de santé.

Au delà des phénomènes médiatiques et des effets de mode, il semble bien que le mouvement engendré depuis quelques temps en France s'ancre chaque jour un peu plus dans le paysage médical.

Depuis une dizaine d'années, les études scientifiques évaluant la méditation étayent les observations empiriques qui depuis des siècles attestent son efficacité. Tout dernièrement la revue « The Lancet » publiait une étude randomisée baptisée EVENT montrant que la méditation de pleine conscience était aussi efficace qu'un antidépresseur sur l'évolution de dépressions récurrentes.

De plus en plus de soignants découvrent la pratique et s'y engagent personnellement avant de la proposer à leurs patients. La méditation et les valeurs humaines qu'elle véhicule peuvent profondément modifier la vision du soin telle que nous la connaissions jusqu'à présent. Prendre soin de soi, c'est prendre soin des autres : une belle manière de prendre soin de notre monde.

Amandine BONNET

Raphaël GIACHETTI

INTERVENANTS ET THÈMES ABORDÉS

(liste non définitive)

- ➔ **Christophe ANDRE, Paris, France**
Psychiatre, Service Hospitalo-Universitaire, Centre Hospitalier Sainte-Anne
- ➔ **Elena ANTONOVA, Londres, Royaume-Uni**
Lecturer, Institute of Psychiatry, Psychology & Neuroscience, King's College London
- ➔ **Delphine BATHO, France**
Députée des Deux-Sèvres
- ➔ **Audrey BERTÉ, Paris, France**
Coach & formatrice de bonheur au travail – Membre fondateur de l'Initiative Mindfulness France
- ➔ **Cathy BLANC, Montpellier, France**
Médecin, fondatrice de l'association accompagnement écoé
- ➔ **Benjamin BLASCO, Lille, France**
Fondateur de Petitbambou.com
- ➔ **Hilde DE CLERCQ, Gentbrugge, Belgique**
Spécialiste en autisme, Master en Philosophie et Littérature, Linguistique, Université de Gand (Belgique), formatrice internationale
- ➔ **Laurence DE GASPARY, Paris, France**
Présidente de l'association Enfance et Attention
- ➔ **Marc DE SMEDT, Gordes, France**
Ecrivain et éditeur, directeur de la revue Question de/Albin Michel
- ➔ **Raphaël GIACHETTI, Toulouse, France**
Instructeur MBCT, Psychiatre, Psychothérapeute,
- ➔ **Perla KALIMAN, Grenoble, France**
Research Associate Institute for Mind and Brain, University of California Davis – Grenoble
- ➔ **Candice MARRO, Toulouse, France**
Fondatrice programme PE.A.C.E de mindfulness dans L'Education, Directrice associée Need-A sas, Mind training pour l'Entreprise.
- ➔ **Fabrice MIDAL, Paris, France**
Philosophe, auteur, fondateur de l'École occidentale de Méditation
- ➔ **Dirk PUTZSCHEL, Marseille, France**
Médecin addictologue, Antenne Hôpital Nord, Service de Psychiatrie et d'Addictologie AP-HM.
Médecin coordinateur CSAPA-ANPAA Marseille-Etang de Berre
- ➔ **Loretta SALA, Paris, France**
Psychologue, Docteur en Psychologie et psychopathologie, et Membre du CA de l'ADM
- ➔ **Jeanne SIAUD-FACHIN, Paris, France**
Psychologue clinicienne et psychothérapeute

LISTE PRÉVISIONNELLE DES THÈMES ABORDÉS

- Méditation et médecine
 - Présence bienveillante et méditation, des alliés thérapeutiques
 - L'autisme vu de l'intérieur et le rôle de la mindfulness dans les problèmes de stress
 - Modalités spécifiques des pratiques de la pleine conscience chez l'enfant
 - Epigénétique et mode de vie
 - Des origines de la méditation à la mindfulness : L'éthique au cœur des pratiques
 - La méditation : une force de transformation
 - Méditation et imagerie cérébrale
 - Pleine conscience et troubles bipolaires
 - La place de la méditation en politique
-

Programme mis à jour régulièrement sur le site internet du congrès

<http://www.the-moment-mindfulness.com/>



Lieu

Centre de Congrès Pierre Baudis
11, esplanade Compans Caffarelli
31000 Toulouse

Dates

2 et 3 décembre 2016

Publics ciblés

Conférences réservées aux professionnels :
2/12/16 journée et 3/12/16 matin

**Conférences ouvertes aux professionnels
et au grand public : 3/12/16 après-midi**

Inscriptions

Tarifs et conditions disponibles sur le site du congrès :

<http://www.the-moment-mindfulness.com/>

Inscription au préalable obligatoire.

Le nombre de places aux sessions professionnelles
et grand public est limité.

Possibilité de prise en charge dans le cadre
de la formation professionnelle.

Renseignements et inscriptions

europa  **organisation**

19, allées Jean Jaurès

BP 61508 - 31015 Toulouse cedex 6

Tél.: 05 34 45 26 45 - Fax : 05 61 42 00 09

the-moment-mindfulness@europa-organisation.com

Site internet du congrès

<http://www.the-moment-mindfulness.com/>