Auprès de l'Ame

Prendre soin du cycle de la vie
Pour apaiser les corps, les cœurs, les âmes

Charte de bienveillance
Café de la mort

Bienvenue dans cet espace de parole collectif ; pour que chacun se sente en totale sécurité libre de déposer ses ressentis et d'explorer « Le sujet tabou de la mort, de la fin de vie et des deuils », nous nous engageons mutuellement à respecter des cinq piliers suivants :

La confidentialité absolue

- La règle d'or : Tout ce qui est dit pendant le temps du café de la mort, reste ici
- En pratique : Vous pouvez partager vos propres prises de conscience à l'extérieur mais vous vous engager à ne jamais divulguez l'identité, l'histoire ou les paroles des autres participants

L'écoute

L'écoute profonde et respectueuse

- En pratique : Nous écoutons avec le cœur, sans couper la parole
- Le silence est précieux : si un participant a besoin d'un temps de silence ou d'émotion au cours de sa prise de parole, nous l'accueillons sans chercher à combler le vide

L'absence de jugement et de conseils (Le « JE »)

- En pratique : Chacun parle uniquement en son nom propre en utilisant le « je » (exemple : je ressens, dans mon expérience...) ;
- Pas de conseils non sollicités : Nous ne sommes pas là pour analyser, juger ou réparer l'autre, sauf demande explicite, nous n'offrons pas de solutions, nous offrons notre présence et notre résonnance.

Le respect du temps de parole

- En pratique : Pour que chacun puisse s'exprimer pleinement durant nos 2 heures de session, je veille à la répartition équitable du temps. Chacun est libre de parler beaucoup, peu, ou simplement de passer son tour s'il en ressent le besoins.

L'accueil des émotions

- En pratique : Les larmes, les silences, les doutes et les vulnérabilités ont toute leur importance et leur place ici. Nous les accueillons avec bienveillance, sans chercher à les minimiser ou à les stopper artificiellement.

Engagement du participant

« En rejoignant ce cycle de parole autour de la fin de vie, de la mort et des deuils, je m'engage consciemment à respecter cette charte pour moi-même et pour le groupe »

Nom et Prénom : **Signature :**

.....

.....

.....