



## DIPLOME UNIVERSITAIRE

# MEDITATION ET SANTE

### Année universitaire 2017-2018

#### Responsables de l'Enseignement

Pr Tu Anh TRAN  
Pr AVIGNON Antoine  
Pr CORBEAU Pierre  
Dr de LA TRIBONNIERE Xavier  
Dr CORBEAU Catherine

#### PUBLIC

*Formation initiale* : Internes en filiale médicale

*Formation continue* : Professionnels de santé et/ou personnes travaillant dans le secteur de la santé

#### Prérequis :

Ouverture (personnelle et/ ou professionnelle) aux pratiques méditatives

Projet professionnel d'intégration de pratiques méditatives dans les soins ou milieu de travail

#### OBJECTIFS

Connaître les principes, les techniques, les bienfaits de la méditation et savoir la mettre en pratique pour améliorer la santé des patients et des soignants.

- o Savoir ce que revêt le terme de méditation

- o Comprendre les mécanismes physiologiques et scientifiques sous-jacents de la méditation, et ses intérêts dans la santé
- o Connaître des applications possibles de la méditation en milieu de soins
- o Poursuivre ou renforcer sa propre pratique régulière
- o Mettre en œuvre un projet intégrant la méditation dans son milieu de soin (pour ses patients ou son entourage professionnel)

#### ORGANISATION PEDAGOGIQUE

D'octobre 2017 à juin 2018

- 7 modules de deux jours vendredi et samedi : 112 heures
  - Stage pratique de méditation modèle MBSR sur 6 semaines : une soirée hebdomadaire et pratique quotidienne
  - Stage : 2 demi-journées
- Deux jours de présentation des travaux personnels pour tous les étudiants.

#### LIEU D'ENSEIGNEMENT

UFR de Médecine, Université de Montpellier, Site de Nîmes ou de Montpellier.

#### VALIDATION

La validation du diplôme se fait par la présence aux enseignements, la validation de la pratique méditative et du stage d'observation, la note du mémoire présenté en juin

#### CANDIDATURE

Transmettre avant début septembre une lettre de motivation (décrivant l'expérience personnelle éventuelle et le projet de méditation dans le soin) + bref CV au Secrétariat Universitaire [marie.martinez-lucon@umontpellier.fr](mailto:marie.martinez-lucon@umontpellier.fr)  
Tel 04 66 02 81 93

#### DROITS D INSCRIPTION PAR ANNEE

Etudiants : 360€

Inscription à titre personnel : 1200€ + frais de bibliothèque (environ 34€)

Inscription avec prise en charge institutionnelle 2400 € + frais de bibliothèque (environ 34€)

#### INSCRIPTION ADMINISTRATIVE

De début septembre à début octobre avant le début de l'enseignement.

Dossier à télécharger sur le site de l'UFR médecine / <http://www.edu.umontpellier.fr>