



Formation  
Mû  
Médecine

Santé Intégrative  
&  
Ecologie du Soins

2024 - 2025

Mû Médecine Intégrative , 28 rue de Mareille 30120 Le Vigan  
SIREN 951324722 - Société par action simplifiée - NDA 73300536130 - IBAN FR76 30003032 2700 0200 0005  
020 contact.mu.medecine@gmail.com

V26-09-2024



## Objectifs ~~Pédagogiques~~

Apprendre à prendre soin de soi

Appréhender la relation de soin en lien avec l'éthique du Care & l'empathie

Intégrer les dimensions d'écologie du soin (soi - autre - collectif - planète)

Pratiquer une médecine intégrative incarnée & sécurisée pour soi et le patient

Accompagner vos projets en santé intégrative

~~Participer à un processus pédagogique immersif~~



## Public

Soignant-es (médecins, psychologues, directeur-ices d'institution de soin, paramédicaux, directeurs.rices de structure de santé, enseignant-es de pratiques incarnées (yoga) et / ou toutes personnes ayant une implication dans le soin des personnes)

### Pré-Requis

*Il est recommandé mais pas obligatoire d'avoir participé à un programme de méditation MBSR  
Absence de trouble psychiatrique aiguë*



## La Formation

Dans cette formation de **9 mois**, nous parlerons bien de santé en évoquant la médecine d'hier, d'aujourd'hui et demain.

Les participant•es apprendront à renouer avec l'ethos et l'histoire de la médecine, la complexité en santé, la clinique, le prendre soin de soi et la dimension écologique du soin (soi - autre - environnement).

Il s'agira également d'identifier et d'**ouvrir un dialogue** avec les interventions non médicamenteuses en passant par l'expérience des **pratiques incarnées**, les données de la **recherche** et les risques et dérives.

La dimension altruiste du "care" viendra questionner la **posture** du soignant en relation et enrichira l'apprentissage transformatif proposé ici.

Le processus d'apprentissage sera conçu comme une oeuvre collective dans lequel les participantes exprimeront un **récit collectif**.

Cette formation est conçue comme un **laboratoire vivant** pour expérimenter et comprendre les enjeux en santé intégrative.

Après cette formation vous pourrez :

- Apprendre à prendre soin de vous (ressources)
- Enrichir votre panel d'outils de soin dédiés au savoir-être (soft-skills)
- Identifier les éléments d'un écosystème de soin intégratif, écologique et vivant
- Identifier les différents systèmes de santé et leur philosophie (occident, ayurvéda, médecine chinoise, naturopathie)
- Faire l'expérience des pratiques incarnées : méditation, yoga, qi gong, danse
- Appréhender l'habitat du soin et les enjeux en santé durable
- Comprendre et intégrer une dimension collective de management en santé
- Accompagner vos projets émergents en santé intégrative



## Durée

De Janvier à Septembre 2025 - 148 heures

- 90 h sur 3 Modules immersifs (3 X 5 jours - Cévennes ) (Janvier - Avril - juin 2025)
- 24 heures de pratiques incarnées guidées (méditation, yoga, qi qong, danse)
- 18 heures de modules complémentaires en ligne
- 1 heure de coaching santé individuel
- 7 heures de clôture et discussion projet (Paris - Septembre 2025)
- 1 journée de pratique en nature au cirque de Navacelle

## Evaluations

- Un mémoire (format support libre audio ou écrit) avec présentation orale
- Récits collectifs
- La présence
- Formulaires d'évaluation de la formation
- Un certificat de réalisation sera remis à l'Apprenant à la fin de la formation

## Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des apprenants dans une salle dédiée à la formation
- Documents supports de formation projetés
- Exposés théoriques Pédagogue immersive et collaborative
- Etude de cas concrets Apprentissage par l'expérience
- Quizz en salle
- Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation

«Il s'agit de la formation longue Mû Médecine pour les soignant·es mêlant théorie, recherche et apprentissage expérientiel. J'ai à cœur d'intégrer les dimensions philosophiques, culturelles et politiques de la médecine intégrative à l'expérience.»

Cloé Brami - Fondatrice de Mû Médecine



## Programme Thématique

### Module I

L'être humain soignant, empathie et dimension du Care

#### Théorie

- Introduction à la médecine intégrative
- Souffrance, détresse empathique et burnout chez les professionnel·les de santé
- Sympathie, empathie, compassion : le mouvement du soin
- L'éthique du care et son application en médecine
- La vulnérabilité dans l'espace du soin
- Nos émotions et leurs régulations : physiologie, psychologie et neuroscience.
- Ontologie relationnelle et art de la relation

#### Pratique Incarnée

- Méditation de pleine conscience : histoire et philosophie, corrélats physiologiques et impacts des programmes MBSR en prévention en santé.
- Pratique quotidienne du corps - esprit : la méditation.
- Expérience de la médecine narrative.

#### Dialogue et Reflexivité

La médecine narrative et l'écriture

- Questionnement sur l'art et les pratiques incarnées : carrefour entre médecine, science et spiritualité
- Le libre arbitre à partir des neurosciences
- L'expérience soignant
- ~~La musique comme un espace d'écoute~~





## Module II

Une Médecine d'hier, d'aujourd'hui, de demain

### Théorie

- Histoire de la médecine
- Médecine intégrative : histoire, philosophie et évolution
- Médecine de la clinique : Ayurvéda, naturopathie, médecine traditionnelle chinoise
- Les plantes médicinales
- Approche de la complexité en santé
- Introduction à l'hypnose
- La recherche scientifique et les interventions non médicamenteuses

### Pratique Incarnée

Pratique quotidienne du corps - esprit : le yoga et la danse.

### Dialogue et Reflexivité

Apprendre de l'expérience patient

Actions et engagements

Risques et abus : regards croisés

S'autoriser à une médecine intégrative : "médecins, patients, thérapeutes"



## Module III

Interdépendances, organisations et lieux de soin

### Théorie

ecoresponsabilité et santé

- Histoire du cosmos : de l'infiniment petit à l'infiniment grand
- Alimentation et microbiote : un système en relation
- ~~Ecopsychologie~~ et médecine ecotherapie
- Interdépendances et design des lieux
- Intelligence collective et organisations

### Pratique Incarnée

Le Qi qong et le souffle

Pratique quotidienne : le Qi qong

Explorations en nature : Ecothérapie

questionner la mort en relation avec le concept de transition

### Dialogue et Reflexivité

- Ré enchanter nos politiques du soin :  
jusqu'où et comment créer une médecine de sens qui prend soin ?
- Travail sur vos projets



## A g e n d a

### Le début

Début de la formation le **20 Janvier 2025** - 18h00 - 21h00 - OnLine

### Les modules immersifs

Ils débuteront le lundi à 14h00 et se termineront le vendredi après midi ou samedi midi.

**Immersif 1 : 27 au 31 janvier 2025**

**Immersif 2 : 7 au 11 avril 2025**

**Immersif 3 : 16 au 21 juin 2025**

### Le fil

Rencontres Online : 10 Février - 17 Mars - 28 Avril - 26 Mai - 30 Juin - 28 Juillet 2025  
de 18h00 à 21h00

### La fin

Journée en présentiel du 27 Septembre 2025 à Paris

*L'agenda détaillé du processus sera donné début Décembre 2025.*

### Inscriptions

- Envoyer une lettre de motivation en précisant votre intention et CV à : [contact.mu.medecine@gmail.com](mailto:contact.mu.medecine@gmail.com)
- Confirmation après entretien téléphonique de votre participation par l'équipe pédagogique
- Signature de la convention et versement de l'acompte de 10% à l'inscription.
- Délais d'accès : ~~Avant le 1er Novembre 2024~~ avant le 1er Janvier 2025

### Accessibilité

Nos formations peuvent être accessibles aux personnes en situation de handicap.  
Nous contacter à [contact.mu.medecine@gmail.com](mailto:contact.mu.medecine@gmail.com)



## P é d a g o g i e e t E q u i p e

L'école Mû collabore avec des enseignants.es interdisciplinaires et conscients des enjeux de santé : cliniciens, artistes, chercheurs, thérapeutes, designers , enseignants de pratiques incarnées, patients...

### Intervenant·es :

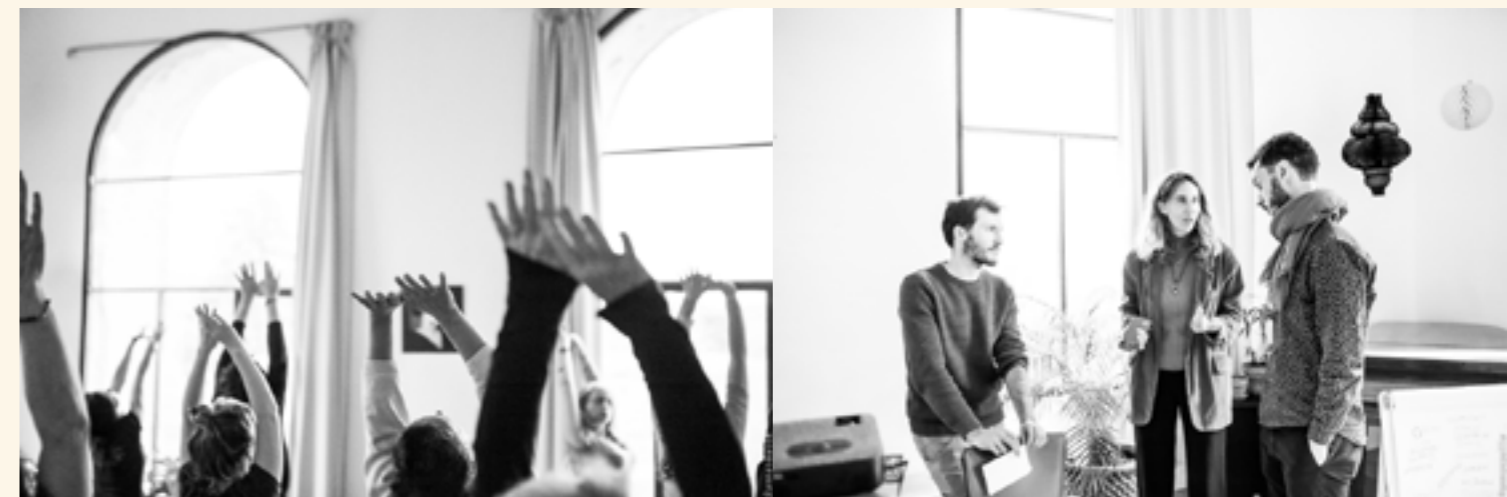
Dr Cloé Brami, PhD ; Soizic Michelot ; Angela Biancofiore, PhD ; Dr Joachim MÜllner ; Dr Jordan Sibeoni, PhD ; Dr Margot Smirdec; Valérie Lavandier ; Weija Cambreleng ; Dr Laurence Rambaud ; Elodie Royer ; Camille Sfez ; Amélie Clergue-Vaures ; Odile Chabrilac ; Isabelle Galichon, PhD; Dr Anne Gabar, PhD ; Tania Pacheff ; Dr Sébastien Abad ; Stefano Poletti, PhD ; Arnaud Poulban, PhD; Jean-Charles Walter, PhD ; Marion Voillot, PhD ; Dr Matthieu Cantet; Laetitia debeausse; Luc Petton ; Lucie Codiassé; Anouk Tessereau

D'autres intervenant·es pourront être ajouté·es au programme

Coordination Pédagogique : Cloé Brami

Coordination et organisation : Anouk Tessereau

© Mû Médecine





## Lieu et Territoire

Les séjours immersifs ont lieu à 50 minutes de Montpellier, aux portes des Cévennes près de la ville de Ganges :

**L'Atelier le Cocon, 234, chemin des magnaneries, 34190 CAZILHAC.**

Il s'agit d'un ancien atelier de soie.

Lors du dernier séjour, une expérience immersive nature sur le territoire au sein du cirque de Navacelle sera proposée .

Tous les repas du midi et les collations seront issus d'une agriculture locale et végétarienne en collaboration avec des producteurs locaux des Cévennes.



## Tarifs

Pack Enseignement Complet 9 mois

Tarifs Early Bird jusqu'au 1er Juillet 2024 : **3900 euros TTC**

Prise en charge individuelle : **4100 euros TTC**

Prise en charge professionnelle : **4500 euros TTC**

2 bourses étudiants en santé sont accessibles : **1750 euros TTC** (dépôt des demandes avant le 1er Juillet 2024)

Possibilité de mensualisation / 9 mois.

Pack complet comprend :

Les enseignements théoriques en présence et en ligne

Les temps de pratiques incarnées et d'expériences sensibles ( yoga, méditation, atelier d'écriture, danse, qi gong )

Les marches guidées en nature et la sortie à Navacelle

Les repas du midi et collations des séjours immersifs

Les supports audios, numériques et papiers

le coaching santé

L'accès au réseau de la communauté MÛ Médecine

Une journée de clôture à 9 mois

Ne comprend pas :

L'hébergement, les transports et les repas du soir