

ORA

ACCORD DE PARTICIPATION

Ci-dessous vous trouverez les « conditions de participation » au programme

La dernière page du document est à retourner à signée par mail avant le début du cycle.

*La signature peut être électronique.
Une photo du document signé convient très bien.*

Assurez-vous de lire le document avec attention

1. La responsabilité de Maeva Poornima ne pourra être engagée pour tout préjudice corporel ou matériel causé ou subi par toute personne inscrite à ce cycle.
2. Maeva Poornima se réserve le droit de changer le programme et de reporter une date ou de modifier les horaires

Confidentialité

1. Chaque inscription est nominative
2. Ce cycle n'est pas une formation professionnelle
3. Tout le contenu partagé dans le programme « ORA » est la propriété intellectuelle de Maeva Poornima. Tout enregistrement, partage, représentation, modification, reproduction intégrale ou fait sans le consentement préalable et écrit de Maeva Poornima est illicite. Il en est de même pour la traduction, l'adaptation ou la transformation, l'arrangement ou la reproduction par un art ou un procédé quelconque. (art. L. 122-4 du CPI)

4. La Distribution, le partage, la modification et la retransmission des documents reçus ne sont pas autorisés sans l'accord écrit et préalable de Maeva Poornima.
5. Maeva se réserve le droit de vous refuser l'accès au cours en ligne, ou de vous retirer du groupe facebook à n'importe quel moment du cycle et sans remboursement ni dédommagement si vous ne respectez pas ces accords, ou si vous n'honorez pas votre règlement.

Les contres-indications à la pratique

Dans ce programme nous ferons appel à certaines méthodes de respirations contre-indiquées dans les cas suivants :

- Asthme
- Epilepsie
- Hyper-tension
- Problèmes cardiaques
- Grossesse
- Diabète
- Episode psychotique (recent ou passé)
- Troubles bipolaires, de la personnalité et psychotiques
- Glaucome

- Sensibilité aux attaques de paniques En cas d'autres problème de santé lié à la sphère génitale, un avis médical est souhaité.

Vous vous engagez à ...

6. Participer aux rituels en live (Il n'y a pas replay) et à être seule dans l'espace durant le live.
7. A respecter vos besoins, limites et possibilités (physiques, émotionnelles..) et à adapter les pratiques proposées si besoin.
8. Participer activement sur le groupe facebook et là rester engagé pendant toute la durée du programme
9. Respecter le cadre du groupe Facebook et la confidentialité des partages
10. **Activer votre camera à chaque début de rencontre afin de cultiver un sentiment de sécurité pour toutes. Aucune exception ne sera faite.**

Et enfin....les basics :

1. Les commentaires sur le groupe Facebook

Ce cycle donne la priorité au travail intérieur et à la transformation personnelle, partager le processus que l'on traverse peut grandement faciliter son intégration. Il est attendu de vous que vous répondez aux questions chaque semaine et que vous soyez présente, engagée.

Lorsque vous publiez un post sur le groupe facebook, si vous souhaitez recevoir des conseils des autres participantes comme de l'équipe, veillez à indiquer **#conseils** en fin de publication.

Lorsque **#conseils** apparait et que vous ressentez l'élan de répondre, veillez à utiliser les critères suivants : Est-ce utile? Est-ce opportun? Est-ce bienveillant? (Sous-entendu ici que le conseil est offert poliment, avec l'intention de soutenir le processus de réflexion et l'évolution de cette personne). Que pouvez vous partager à partir de votre vécu pour inspirer cette personne ?

Il est important de ne pas donner de conseils lorsqu'ils ne sont pas souhaités. Si vous ne souhaitez pas recevoir de conseil, vous pouvez utiliser le **#soutien** uniquement.

2. Les bonnes manières

Gentillesse et respect sont de mises. Toute personne utilisant un langage oppressif (raciste, homophobe, grossophobe, transphobe...) pour communiquer avec une participante sera immédiatement retirée du cycle et aucun remboursement ne sera accordé.

ORA - Octobre 2022

Je soussignée _____
certifie en signant ce document avoir pris connaissance des conditions de participation au salon en ligne « ORA » avec Maeva Poornima et être en mesure d'effectuer les pratiques du programme en toute sécurité.

Date et lieu _____

Signature