

# AREPP

Association Romande  
d'Education et de Psychologie  
Positives

## L'attention

**Les enfants en ont-ils vraiment besoin pour grandir ?**



Attention – Pleine conscience - Écrans

15 novembre 2019 – St-Légier (Forum Emmaüs)

[arepp.ch](http://arepp.ch)

## Programme

- 08h30 – Accueil et présentations
- 08h45 – Jean-Philippe Lachaux > L'importance de l'attention chez les enfants
- 10h15 – Pause
- 10h45 – Jean-Philippe Lachaux > Le programme ATOLE – programme d'éducation de l'attention en milieu scolaire
- 12h00 – Repas
- 14h00 – Fabrice Dini > Introduction à la pleine conscience pour les enfants, les parents et les enseignants
- 15h15 – Fabrice Dini > Exercice pratique de pleine conscience
- 15h30 – Pause
- 16h00 – Les enfants & les écrans > quels freins à leur croissance ?
- 17h15 – Mot de la fin
- 17h30 – Apéritif du soir

## Contenus & intervenants

**J.-P. Lachaux** : Cette présentation visera à synthétiser les résultats les plus récents de neurosciences cognitives concernant l'attention et ses mécanismes cérébraux (que signifie "être concentré" ? pourquoi sommes-nous parfois si distraits ?). L'angle choisi favorisera les conclusions ayant des applications pratiques dans la vie quotidienne et dans la recherche sur les méthodes pédagogiques. L'exposé détaillera également le programme ATOLE, un programme d'éducation de l'attention en milieu scolaire inspiré des neurosciences et développé dans les écoles élémentaires françaises pour l'instant. Il sera question tant de la "philosophie" du programme que de son déroulé et de sa mise en place pratique.

J.-P. Lachaux est directeur de recherche en neurosciences cognitives au sein de l'unité Inserm « Dynamique Cérébrale et Cognition » à Lyon. Il est l'auteur de *Cerveau attentif. Contrôle, maîtrise et lâcher-prise*, de *Cerveau funambule* et de la bande dessinée *Les petites bulles de l'attention*.

**F. Dini** : Mieux gérer le stress, cultiver sa concentration, développer l'intelligence émotionnelle... la pleine conscience apporte de nombreux bénéfices pour les enseignants et les enfants. Cette session sera l'occasion d'aborder les bases (théoriques et expérientielles) ainsi que les challenges de cette approche à laquelle la science s'y intéresse de plus en plus en démontrant ses effets positifs.

F. Dini est né en Suisse et a vécu de nombreuses années en Inde. Il est enseignant de pleine conscience, consultant et spécialiste de l'éducation intégrale. Auteur d'un livre, il a co-créé deux écoles, enseigne dans de nombreuses écoles publiques et intervient dans les entreprises. Il a enseigné la pleine conscience à des milliers d'adultes, enseignants, enfants et adolescents en Suisse romande.

## Inscription

Frais d'inscription : membres AREPP et SWIPPA > 100.- CHF

Non membres > 100.- + 50.- CHF cotisation annuelle AREPP 2019-2020

Inscription : [www.arepp.ch](http://www.arepp.ch)

*Repas compris*