

RÈGLEMENT INTÉRIEUR

Association EPIONES

EPIONES est une association dédiée au soutien, à l'accompagnement et à l'information des femmes vivant avec des douleurs chroniques.

Notre ambition est de créer un espace doux, sécurisant et respectueux, où chacune peut se sentir libre d'être elle-même, d'exprimer son vécu et de trouver du soutien.

Ce règlement intérieur a pour objectif de poser un cadre simple et bienveillant afin que toutes puissent bénéficier pleinement des activités proposées.

Article 1 – Adhésion

Pour participer aux activités de l'association, il est nécessaire d'adhérer à EPIONES et de s'acquitter de la cotisation annuelle: 60 euros

Adhérer, c'est aussi accepter ce cadre commun, pensé pour le bien-être de toutes.

Article 2 – Nos valeurs

EPIONES repose sur des valeurs essentielles qui guident chacune de nos rencontres :

- Bienveillance
- Respect

- Non-jugement
- Écoute
- Solidarité

Chacune est invitée à contribuer à cette atmosphère en adoptant une posture ouverte, respectueuse et attentionnée.

Article 3 – Confidentialité

La confiance est au cœur de nos échanges.

Tout ce qui est partagé au sein de l'association, notamment dans les groupes de parole, reste confidentiel.

Chaque participante s'engage à :

- Respecter la parole des autres
- Ne pas relayer à l'extérieur les informations personnelles entendues
- Préserver l'intimité et le vécu de chacune

Article 4 – Respect et posture

Afin de garantir un espace sécurisant, chacune s'engage à :

- Accueillir la parole de l'autre sans jugement
- Respecter les différences de parcours, de ressenti et d'opinion
- Éviter tout propos blessant, discriminant ou intrusif

L'objectif est de créer un climat où chacune se sent légitime et en sécurité.

Article 5 – Ponctualité et présence

Par respect pour le groupe et les intervenantes :

- Il est demandé d'arriver à l'heure
- De prévenir en cas d'absence
- De limiter les arrivées tardives qui peuvent perturber le cadre

Article 6 – Groupes de parole

Les groupes de parole sont des espaces précieux d'expression et d'écoute.

Pour en préserver la qualité :

- Chacune parle en « je »
- On évite d'interrompre ou de donner son avis
- Le temps de parole est partagé

Article 7 – Ateliers et activités

EPIONES propose différents ateliers : art-thérapie, sophrologie, ateliers culinaires, socio-esthétiques, photographie, balades ressourçantes, etc.

Lors de ces activités, chacune est invitée à :

- Respecter les consignes des intervenantes
- Participer dans la mesure de ses possibilités, sans pression
- Prendre soin du matériel et des lieux

Article 8 – Conférences

Les mini-conférences permettent d'informer et de mieux comprendre les enjeux liés à la santé féminine.

Il est demandé de :

- Respecter la parole des intervenantes
- Poser des questions dans un esprit constructif
- Ne pas enregistrer ou diffuser les contenus sans accord préalable

Article 9 – Responsabilité

Chaque participante prend part aux activités en étant à l'écoute de ses propres limites.

EPIONES encourage chacune à respecter son rythme et son état de santé.

Article 10 – En cas de difficulté

Si une situation pose problème ou met mal à l'aise, il est important d'en parler à l'équipe de l'association.

Si les règles ne sont pas respectées, des mesures pourront être prises, toujours dans un esprit de dialogue et de protection du groupe.

Article 11 – Évolution du règlement

Ce règlement pourra évoluer afin de s'adapter au mieux aux besoins de l'association et de ses membres.

Article 12 – Engagement

En rejoignant EPIONES, chaque adhérente s'engage à contribuer à cet espace de respect, de douceur et de solidarité.

Merci à chacune de faire vivre cet esprit au quotidien.

