

FRIENDS

Fostering Resilience-Inclusive Education and Non-Discrimination in Schools

Qu'est-ce que FRIENDS?

FRIENDS est un projet de 24 mois co-fondé par ERASMUS+, un programme de l'Union Européenne. Son but est de favoriser l'inclusion sociale et la compréhension interculturelle dans les systèmes éducatifs grâce à la mise en oeuvre à grande échelle d'une approche innovante pour l'ensemble de l'école appelée « le temps calme », basée sur le programme de Méditation Transcendantale. (MT®)

Qu'est-ce que le temps calme basé sur la Méditation Transcendantale ?

Il s'agit d'un programme mis en place dans les écoles sur la base de pauses appelées « le temps calme » deux fois par jour, quelques minutes au début et à la fin de la journée scolaire pendant lesquelles les élèves, les enseignants et les autres membres du personnel scolaire pratiquent la méditation transcendantale. Il a été scientifiquement prouvé que cette approche à l'échelle de l'ensemble de l'école, naturelle et facile à apprendre, a un impact important sur l'amélioration des résultats personnels et scolaires des élèves, tout en créant un environnement général de paix, de calme et en rendant le comportement social plus tolérant et inclusif.

Qui sera impliqué ?

Le projet FRIENDS sera mis en œuvre au Portugal, en Italie, en Belgique et au Royaume-Uni et impliquera au moins un établissement scolaire ou d'éducation non formelle par pays, ciblant 150 étudiants par pays (enfants de 5 à 18 ans et étudiants adultes) pour un total de 600 étudiants en plus des enseignants, des directeurs d'école et des parents impliqués. Les systèmes éducatifs sélectionnés auront une forte proportion d'élèves appartenant à une minorité, issus de milieux défavorisés ou issus de l'immigration, afin de promouvoir une éducation inclusive dans tous les environnements scolaires.

Quels résultats seront atteints ?

Le projet FRIENDS, par le biais du temps calme basé sur la Méditation Transcendantale, vise à aider les enseignants et les éducateurs à gérer la diversité en classe et vise à promouvoir l'éducation des élèves défavorisés en promouvant la tolérance, la résilience et l'inclusion sociale, en améliorant leurs résultats scolaires et à lutter contre la discrimination sur tous les plans et prévenir l'intimidation et la violence à l'école.

Ces résultats seront atteints en améliorant :

- L'apprentissage et les résultats personnels des étudiants.
- La capacité des professeurs à faire face au stress et à gérer la diversité des environnements éducatifs.
- La création de communautés scolaires plus inclusives et harmonieuses, constituant la base du dialogue et de la compréhension interculturelle.

Les résultats :

- Le programme du temps calme basé sur la méditation transcendantale est mis en œuvre dans les écoles des pays sélectionnés en tant qu'outil pour promouvoir un environnement éducatif plus inclusif.
- Des rapports d'évaluation sur les bénéfices du programme du temps calme - MT pour les élèves, les enseignants et l'ensemble de la communauté scolaire.
- Des communautés éducatives établies au niveau local pour échanger des expériences sur la mise en œuvre du temps calme - MT.
- Des Articles scientifiques publiés pour sensibiliser à l'approche du temps calme - MT
- Un ensemble de recommandations politiques développées avec des informations pratiques pour la mise en œuvre du temps calme basé sur le programme de méditation transcendantale dans les écoles à une plus grande échelle et dans différents contextes européens.



FRIENDS

Fostering Resilience-Inclusive Education and Non-Discrimination in Schools



friends-project.eu



© FRIENDS - Project n° 592247-EPP-1-2017-1-IT-EPPKA3-IPI-SOC-IN



**Fondazione Hallgarten Franchetti
Centro Studi Villa Montesca (Italy)**
- Coordinator -
www.montesca.eu/2.0/
europajects@montesca.it



Universidade do Algarve (Portugal)
www.uaig.pt
jcsantos@uaig.pt



**ALMA MATER STUDIORUM
Università di Bologna (Italy)**
www.unibo.it
chiara.ruini@unibo.it



CESIE (Italy)
cesie.org
mariagiovanna.carpinteri@cesie.org



Escola Secundária de Loulé (Portugal)
www.es-loule.edu.pt/portal/
manuelccnora@gmail.com



Municipality of Sacile – Pordenone (Italy)
www.comune.sacile.pn.it/
natalina.celot@com-sacile.regione.fvg.it



**Maharishi School Trust Limited
(United Kingdom)**
www.maharishischool.com
derek.cassells@tm.org



**Maharishi Foundation
(United Kingdom)**
uk.tm.org/maharishi-foundation-uk
mirtacastellaro@yahoo.com



**APEJAA – Associação de Pais e
Encarregados de Educação da Escola
João Afonso de Aveiro (Portugal)**
www.associacaodepaisapejaa.blogspot.pt
jm@homegrid.pt



**Cooperativa Cultural Ciencia e
Tecnologia Vedica Maharishi – CCCT
(Portugal)**
meditacao-transcendental.pt/
corte_real@live.com.pt



**Associazione Meditazione
Trascendentale Maharishi Italia (Italy)**
www.meditazionetrascendentale.it
rossanomaset@gmail.com



**Civic Association for Communication
and Education “Sophia”-
ACCESOPHIA (Spain)**
acesophia.com
gonzalo.santamaria@gmail.com



**Maharishi Institute of Vedic Science
(Belgium)**
transcendentemeditatie.be
claudio.scubla@gmail.com



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

FRIENDS

Fostering Resilience-Inclusive Education and Non-Discrimination in Schools

