



## MARCO DE PARTICIPACIÓN PARA LAS CLASES MLC®

**EL COMPROMISO:** El participante se compromete consigo mismo en el proceso de liberación de las corazas - MLC®. Acepta participar a cada una de las clases del ciclo. Cada ciclo es una etapa diferente en el proceso de liberación.

**EL RESPETO:** Es importante acoger y respetar el propio movimiento de liberación de las corazas y el de los otros.

**LA CONFIDENCIALIDAD:** Todo lo que es compartido en la clase es confidencial y no puede compartirse fuera de la clase por respeto a la intimidad de los participantes.

**LA LIBERTAD:** El participante es libre de hacer los movimientos o de compartirlos.

**LA DURACIÓN:** Cada clase tiene una duración de 75 a 90 minutos, ocupando los movimientos de 50 a 60 minutos de la clase.

**EL COMPARTIR:** Un espacio para compartir al inicio y al final de cada encuentro permite verbalizar como se vive el movimiento de liberación de las corazas y de ser acompañado por el facilitador, si fuera necesario.

**LA ESCUCHA:** No está permitido intervenir cuando alguien está compartiendo, ni hacer comentarios o dar consejos para permitir que este compartir se haga con acogida y no juicio.

**LAS AUSENCIAS:** Se debe avisar siempre al facilitador de MLC® si se faltara a una clase. Las clases no asistidas no son reembolsables pero pueden recuperarse en otro grupo que pudiera ofrecer el practicante en el ciclo vigente.

**LA ROPA:** Se recomienda llevar ropa cómoda, caliente y que no apriete. Si fuera necesario, se puede llevar una manta ya que baja la temperatura del cuerpo después de una hora de relajación en el suelo.

**LAS CONSIGNAS:** Seguid sencillamente las consignas del facilitador de MLC® y descubrid por vosotros mismos el movimiento. No hay buena o mal forma de hacer el movimiento. El facilitador interviene para asegurar que el material está correctamente colocado.

**EL CUESTIONARIO:** A todos los nuevos participantes les será entregado un cuestionario MLC® al inicio de la sesión. Se conserva durante 5 años con el acuerdo del participante. Es un documento confidencial y no puede compartirse sin el acuerdo de la persona.

**ANOTACIONES:** En ningún caso se puede tomar notas durante la clase. Tampoco se pueden grabar las clases.

**LA TRANSMISIÓN:** No se permite usar el contenido de las clases para otros fines profesionales o de otra índole.

**CUOTA ENTRADA:** Esta cuota es necesaria para reservar la plaza en un grupo y confirmar la inscripción a una clase. Corresponde a gastos administrativos y de apertura del dossier. En caso de anulación de la inscripción no se devolverá el importe, incluso si la anulación tiene lugar antes del inicio de las clases. El pago del ciclo de sesiones se realiza el día de la primera clase, en una sola vez o varias.

**LA ENTREVISTA:** Todo nuevo alumno tendrá una entrevista de unos 30 minutos con el facilitador para poder establecer un dossier y hacer un intercambio sobre el cuestionario MLC<sup>®</sup>. El coste de este encuentro puede incluirse en el coste total de la sesión colectiva o bien mediante un pago a parte. Cada facilitador escogerá su formato.

**EL MATERIAL:** El facilitador proveerá del material necesario para la práctica de los movimientos de las clases. Es posible comprar el material para hacer movimientos en casa. Consultad con vuestro facilitador de MLC<sup>®</sup>

**POLITICA DE DEVOLUCIÓN:** No se devolverá el importe de las clases a las que no se ha podido asistir durante el ciclo. El facilitador puede retornar el importe de las clases solo bajo prescripción médica por escrito que impidiera a la persona seguir el ciclo. El facilitador puede optar por conservar el importe de los gastos administrativos y de apertura del dossier, además del importe de las clases a las que se ha asistido.

*Documento creado por Sylvie Bérubé (co-formadora MLC<sup>®</sup>). Actualizado por Marie Lise Labonté ( creadora del método y formadora MLC<sup>®</sup>) y por Odette Côté (colaboradora), traducido por Cristina Vallés (diplomada MLC<sup>®</sup>), Febrero 2016.*