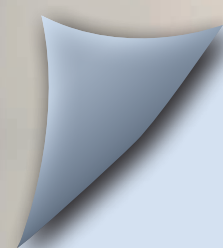




schweiz suisse svizzera

# Rapport annuel 2021



## Contenu

- 1. Comité 3**
  - 1.1. Réflexions sur la gouvernance de l'organisation – Malek Daouk **3**
  - 1.2. Relations publiques et communication – Naomi King **4**
  - 1.3. Santé – Gabi Ledermann **5**
  - 1.4. Union Européenne de Yoga (UEY) – Isabelle Daulte **7**
  - 1.5. Coordination du comité, collaboration entre le secrétariat exécutif et les institutions de formation – Claudia Per **9**
  - 1.6. Finances – comité **11**
  
- 2. Secrétariat exécutif 15**
  - 2.1. Secrétariat exécutif – Susanne Baltensperger **15**
  - 2.2. Assurance qualité – domaine de la formation – Dolores Ferrari **17**
  
- 3. Contacts et affiliations 19**

## 1. Comité

### 1.1. Réflexions sur la gouvernance de l'organisation



#### Regard en arrière

Exit 2021 et bienvenue à 2022 ! Au cours de cette année passée, et bien qu'aucune année ne se ressemble fort heureusement, un souhait de collaboration plus étroite s'est exprimé vivement au sein de Yoga Suisse, entre les différents acteurs. Cela renforce nos liens et bien sûr notre action.

Depuis l'élection électronique, une première historique pour notre association, les nouveaux et les anciens se sont rencontrés bien évidemment, souhaitant prendre les choses en mains et nous nous sommes mis au travail. Grâce à l'engagement de chacun des membres, nous avons pu collaborer sereinement, le comité, les institutions de formation et le secrétariat exécutif. Pour faire avancer tout projet il importe en premier lieu que l'entente soit présente et la confiance établie entre les acteurs qui visent un but commun. Même si nous essayons avec toute notre sincérité, valeur fondamentale de la science du Yoga, de semer des graines, de préparer des projets ensemble, cela ne va pas sans soulever des questions, sans imposer des débats. Ceux-ci sont le ferment vivant de l'association, révélateurs des opinions de chacun et de chacune, engendrant discussions fournies et parfois quelques controverses. L'évolution ne passe-t-elle pas par l'échange des visions de chacun ?

Les enseignant-e-s comme les institutions de formation poursuivent leur travail malgré les difficultés rencontrées dues à la situation sanitaire que nous vivons tous. Et parfois celle-ci donne lieu à de riches débats, à de fructueuses réflexions, ce qui m'amène à exprimer le fait que le comité a écrit au Conseil fédéral en collaboration avec les autres associations de Yoga, en ce qui concerne les mesures prises eu égard à l'exercice de notre profession.

Les institutions de formation ont été invitées à une journée de réflexion qui a dû malheureusement être reportée, mais elle est programmée pour le 1er avril 2022, au vu des circonstances plus restrictives que nous connaissons.

Les examens se sont déroulés à l'automne dans les institutions de formation, dans le respect du cadre fixé par Yoga Suisse et surtout dans l'appréciation des efforts fournis par les candidat-e-s.

#### Regard vers l'avenir

A vrai dire, nous avons de nombreuses tâches à réaliser. Ensemble chaque jour par le lien de la pratique. Je suis convaincu que l'avenir verra se concrétiser nos projets, avec la participation et le concours de chaque membre. Au comité, comme au secrétariat exécutif, nous sommes à disposition et à votre écoute pour toute question.

Comme dit le maître à l'élève qui l'interroge sur le chemin à suivre pour sa propre émancipation future : « Mais qui donc vous a emprisonné ? »



## 1.2. Relations publiques et communication

« Le moyen le plus simple de résoudre les désaccords est d'avoir une discussion ouverte ». Kurt Haberstich

### Regard en arrière

#### Communication

Le défi du travail en commun des trois associations de yoga a été de trouver une base diplomatique et ciblée pour la communication avec l'Office fédéral de la santé publique (OFSP), le Conseil fédéral et les autorités sanitaires cantonales de manière à bien représenter les préoccupations des nombreux membres pendant la période du Covid. Durant cette année, les enseignant-e-s de yoga ont été à nouveau confrontés à de nombreux défis et à des fermetures prolongées des studios de yoga. Nous nous sommes toujours efforcés de protéger nos membres d'une fermeture et de mettre en avant les avantages et les effets bénéfiques du yoga sur la santé.

Nous avons été très heureux de recevoir des réactions soutenantes aux lettres ouvertes et aux courriers qui nous ont demandé beaucoup de travail, mais nous avons également pris au sérieux les voix critiques. Représenter les membres à l'extérieur et auprès des autorités est toujours un exercice d'équilibre et nous sommes conscients que les positions sont aussi variées que les personnalités des enseignant-e-s de yoga qui constituent notre association professionnelle.

«L'acceptation est une question de tolérance».

Erhard Horst Bellermann

Nous sommes donc tous appelés à accepter les opinions et les points de vue différents, même s'ils ne sont pas compréhensibles pour nous. Le yoga comporte un aspect réunificateur et a donné naissance à une précieuse diversité de yogis et de yoginis. Chacun sur son chemin d'expérience, s'efforçant de former et de développer les qualités positives telles que la compassion, la tolérance et l'acceptation.

#### Relations publiques

En 2021, Yoga Suisse a pu attirer l'attention sur les effets bénéfiques du yoga pour la santé et sur Yoga Suisse dans les domaines suivants. Une annonce a été publiée dans le journal « FonTimes » dans les régions de Zoug, Zurich et Lucerne, avec un article intitulé « Yoga – ses effets bénéfiques sur notre santé ». La télévision suisse a diffusé un reportage sur la Journée internationale du yoga dans l'émission « 10 vor 10 ». Le domaine du yoga en ligne et toutes ses facettes y ont occupé une place prépondérante. Dans le cadre d'une initiative commune, les associations de yoga ont rédigé une prise de posi-

tion sur l'article « Pratiquer le yoga avec des étudiant-e-s de l'Université de Lausanne » d'Emilie Veillon, afin d'attirer l'attention sur la collaboration des associations de yoga et leur engagement dans le domaine des formations de yoga de haute qualité.

Yoga Suisse a également été présente lors de diverses manifestations en ligne de l'UEY au cours de l'année associative 2021 et a pu ainsi y apporter sa contribution.

### Regard vers l'avenir

En janvier, le magazine « QMU Wirtschaft » publiera un article sous forme d'interview accompagné d'une annonce. Comment le yoga peut-il créer un équilibre dans le monde du travail et maintenir l'harmonie entre le corps et l'esprit, telle était la question centrale de l'interview.

Par ailleurs, la communication entre les institutions de formation, le secrétariat exécutif et le comité reste un aspect précieux pour porter ensemble le yoga vers l'extérieur. Par ailleurs, nous nous réjouissons des nombreuses activités que nos membres actifs organisent avec leur touche personnelle afin de présenter, d'expérimenter et de vivre le yoga dans sa diversité.

Laissez-vous inspirer et contribuez à faire connaître vos idées et vos visions en mettant en avant les avantages globaux et les effets bénéfiques du yoga sur la santé. Construire de nouvelles plates-formes et créer des événements en collaboration avec nos membres actifs, telle est notre vision. Nous nous réjouissons d'une précieuse communication avec vos idées formidables et inspirantes, afin de pouvoir présenter le yoga de manière plus diversifiée à un large public.

Naomi King  
Comité

## 1.3. Santé



### Regard en arrière

En 2021, Yoga Suisse a continué à participer aux réunions annuelles de « Promotion Santé Suisse » ainsi que de l'« hepa ».

La conférence de « Promotion Santé Suisse » sur le thème « Coronavirus et promotion de la santé : enseignements pour l'avenir » a eu lieu en ligne à la fin janvier. Sian Grand, enseignante de yoga diplômée YCH et psychologue FSP, a participé à cet événement et a rédigé un compte rendu dans la newsletter de mars. Promotion Santé Suisse est une fondation de droit privé qui initie, coordonne et évalue des mesures de promotion de la santé.

Le congrès du « Réseau suisse Santé et activité physique hepa », qui se déroule normalement à Macolin, a également été organisé en ligne en raison du Covid, sur le thème « Le changement, une chance ». Isabelle Daulte et Claudia Per, du comité de Yoga Suisse, ont participé à la réunion en ligne et à certains ateliers avec différents spécialistes sélectionnés. Vous pouvez lire le compte-rendu dans la newsletter de décembre. Le Réseau suisse Santé et activité physique est un regroupement d'organisations, d'institutions et d'entreprises qui s'engagent dans toute la Suisse, au niveau national, cantonal ou local, pour la promotion de la santé par l'activité physique et le sport. Yoga Suisse est membre de ce réseau depuis plus de dix ans.

### Caisses-maladie et bureaux d'enregistrement

En 2020, Yoga Suisse a mené une enquête auprès de ses membres. Ce sondage a révélé qu'une majorité des membres actifs ayant participé à l'enquête souhaitaient que Yoga Suisse s'engage davantage dans le domaine de la reconnaissance par les caisses maladie et du remboursement des cours de yoga. Le comité de Yoga Suisse a ainsi décidé de créer un groupe de travail afin d'élaborer dans un premier temps un document de base. Le groupe de travail s'est réuni pour la première fois à la mi-novembre 2021.

La liste des plus grandes caisses-maladie de Suisse figurant sur le site Internet de l'association ([www.yoga.ch/fr/cours-de-yoga/contributions-en-matiere-de-prevention-sante-](http://www.yoga.ch/fr/cours-de-yoga/contributions-en-matiere-de-prevention-sante-)

[pour-les-cours-de-yoga/](http://www.yoga.ch/fr/cours-de-yoga/)) a été actualisée à la fin de l'année. Grâce à l'accord entre Yoga Suisse et l'ASCA, les membres actifs qui s'enregistrent auprès de l'ASCA peuvent bénéficier d'une réduction d'environ un tiers du montant de la cotisation annuelle. En contrepartie, Yoga Suisse se charge du contrôle de la formation continue pour l'ASCA (16 heures par an). Créée en 1991, l'organisation ASCA est une fondation pour la médecine complémentaire visant à développer les thérapies alternatives et complémentaires.

Grâce à l'accord avec Swica, les membres actifs continuent à figurer dans le répertoire des animateur-trice-s de cours dans le domaine des cours de promotion de la santé sur le site Internet de Swica.

### Groupe de travail yogothérapie

Le groupe de travail yogothérapie, initié en 2020, a élaboré une première « Stratégie pour la yogothérapie 2022-2025 », qui a été approuvée par le comité lors de sa séance du 26 novembre 2021. Un article a été publié à ce sujet dans les deux magazines.

### Regard vers l'avenir

Le groupe de travail Santé continuera son travail l'année prochaine afin de déterminer si et dans quel cadre une collaboration avec les bureaux d'enregistrement et les caisses-maladie doit être poursuivie ou initiée.

Lors de l'assemblée générale de 2022, je ne me représenterai pas pour un nouveau mandat et je démissionnerai du comité. Au cours de mes quatre années d'activité au sein du comité, j'ai pu acquérir une expérience précieuse et nouer de nombreux contacts, ce dont je suis très reconnaissante. Je profite de l'occasion pour vous remercier de votre confiance et je souhaite de tout cœur le meilleur à l'association professionnelle, à ses membres, à son comité ainsi qu'à son secrétariat exécutif !

**Gabi Ledermann**  
Comité



# Faszien Yoga

## Hilfe gegen schmerzende Handgelenke

Für die Schmerzen an Händen und Handgelenken sind selten Arthrose oder Arthritis verantwortlich. Oft ist ein verklemmtes, verspanntes Bindegewebe im Unterarm der Auslöser – und dagegen gibt es einfache und zugleich sehr wirkungsvolle Übungen.

Faszien Yoga | 5



**Urdha Majakostana Varjita**  
(Hinterbeugter Kater mit hohem Bogen)  
Kommen in dem Vorbeugen mit gebeugten Beinen...  
...Handgelenke

**Samasthiana (Bogari)**  
Kommen in die Rückenlage...  
...Handgelenke

Handgelenke | 27



# Thich Nhat Hanh

## Ein Leben für den Frieden

Am 22. Januar ist der grosse spirituelle Meister Thich Nhat Hanh im Alter von 95 Jahren gestorben. Mische man dem Begriff «Achtsamkeit» ein Gesicht geben – es wäre dasjenige das Zen-Meisters. Sein ganzes Leben hat er sich für den Frieden eingesetzt, im Innen und im Ausen.

<b>YLV Yoga</b> Kontakt: 079 310 11 11 www.ylv.ch	<b>Samatvam</b> Kontakt: 079 310 11 11 www.samatvam.ch	<b>Alon of Light</b> Kontakt: 079 310 11 11 www.alonoflight.ch
<b>INSIGHT REISEN</b> Kontakt: 079 310 11 11 www.insightreisen.ch	<b>TAPAS YOGA</b> Kontakt: 079 310 11 11 www.tapasyoga.ch	<b>CASA Santo stefano</b> Kontakt: 079 310 11 11 www.casastofe.ch
<b>AYURVEDA</b> Kontakt: 079 310 11 11 www.ayurveda.ch	<b>praxis vedya</b> Kontakt: 079 310 11 11 www.praxisvedya.ch	<b>Samatvam</b> Kontakt: 079 310 11 11 www.samatvam.ch

Praxis Yoga | 31

# YOGA

## Das Magazin

WINTER / FEBRUAR | Nr. 1 / 2022

www.yogadasmagazin.ch

Mit Informationen von Yoga Schweiz

**Leben und Sterben**  
Die Vergänglichkeit annehmen

**Ralph Skuban**  
Philosoph mit Bodenhaftung

**TCM**  
Die Lebensenergie soll fließen

**Faszien Yoga**  
Die Handgelenke entlasten

CHF 12.50



Placez vos offres dans **YOGA! Das Magazin**

# Annonces pour les membres de Yoga Suisse à partir de Fr. 260.-

Plus d'informations  
[yogadasmagazin.ch/inscrieren](http://yogadasmagazin.ch/inscrieren)

## 1.4. Union Européenne de Yoga (UEY)



### Regard en arrière

Cette année a été marquée par un événement important pour l'Union Européenne de Yoga puisque l'organisation a fêté son 50<sup>ème</sup> anniversaire. C'était la première année du nouveau Bureau et Virginie Zajac, la nouvelle présidente, a mis en place avec ses collègues du Bureau et du Comité exécutif une série d'événements pour célébrer ce jubilé. D'autant qu'il n'était pas possible d'organiser un congrès important en présentiel. C'est-à-dire que depuis début septembre jusqu'à mi-décembre 2021 ont eu lieu chaque mardi et samedi matin un atelier, un cours ou une conférence en ligne en lien avec le yoga, donnés par des membres ou des délégués des 22 différentes fédérations de l'organisation qui ont répondu positivement à l'appel de l'UEY. Yoga Suisse n'a pas fait exception et Malek Daouk a présenté un atelier début septembre sur l'action thérapeutique grâce à la bhakti (dévotion) et j'ai moi-même donné le 7 décembre une conférence sur la sagesse japonaise en lien avec celle du yoga. Ces événements ont mobilisé l'essentiel de l'énergie de l'UEY en 2021.

Cette année comme l'an dernier, l'UEY comme Yoga Suisse et d'autres organisations a dû s'adapter à la situation sanitaire mondiale. Une fois encore, le congrès de Zinal n'a pas pu avoir lieu dans ce charmant village de montagne, mais pour la seconde fois en ligne. Toutefois la version du congrès 2021 a été beaucoup plus courte que celle de l'année dernière car le week-end du 28 et 29 août ouvrait la série de séminaires et de cours qui ont débuté en septembre en l'honneur du 50<sup>ème</sup> anniversaire. Quatre enseignant-e-s de qualité ont abordé des sujets variés depuis la France, le Canada, l'Inde et les Etats-Unis. Ils ont eu chacun-e une audience virtuelle d'environ 50 à 60 participants (à ce sujet voir l'encart des Cahiers du Yoga No 39).

Ce 50<sup>ème</sup> anniversaire a été aussi l'occasion de rappeler régulièrement en ligne que notre organisation faitière compte 22 fédérations dans 14 pays, 9'000 enseignants et 20'400 membres. Ainsi que 138 écoles de formation qui appliquent le programme d'enseignants de 500 heures sur 4 ans. Ces événements ont réuni des pratiquant-e-s et enseignant-e-s de yoga européen-e-s dans le grand réseau de la toile web mais aussi en une communion plus subtile en ces temps où beaucoup d'événements et pratiques sont supprimés. Ils ont également contribué à accroître la visibilité de l'Union Européenne de Yoga.

Les principaux faits et chiffres des événements en l'honneur du 50<sup>ème</sup> anniversaire :

- 36 enseignants issus de 14 pays ont donné un atelier ou une conférence durant ces 4 mois (soit 36 en tout), un quart d'entre eux étaient des délégués des fédérations à l'UEY.
- près de 200 participants ont assisté à ces événements.
- les ateliers et conférences ont été donnés en 6 langues, mais majoritairement en français ou en anglais.

La plupart de ces ateliers ou conférences ont été enregistrés et pourront être revus ou vus sur la chaîne You Tube de l'UEY à certaines conditions. Les informations se trouvent sur le site de l'UEY.

Des méditations en ligne ont été organisées également plusieurs matins de 7h30 à 8h00 entre novembre et décembre. Elles étaient données par Giorgio Cammarata qui viendra animer le séminaire de printemps francophone de l'AG de Yoga Suisse le 19 mars 2022 à Berne.

L'UEY poursuit son fonctionnement en équipes de travail : elle a continué de publier régulièrement sa newsletter en ligne tous les trois mois par les soins de l'Equipe de Rencontre. Et plusieurs nouvelles écoles ont été admises, leurs dossiers de candidature ont été minutieusement examinés par l'Equipe de Formation. L'organisation a été très présente sur les réseaux sociaux, Facebook, Instagram pour la promotion et le feedback des événements du 50<sup>ème</sup> anniversaire grâce au travail de l'Equipe de Communication.

## 1.4. Union Européenne de Yoga (UEY)

### Regard vers l'avenir

Maintenant que l'année du 50<sup>ème</sup> anniversaire se termine, il importe de se préoccuper rapidement de l'organisation du congrès de Zinal 2022 dont on espère vivement qu'il pourra à nouveau avoir lieu en présentiel dans le val d'Anniviers du 21 au 26 août sur le thème Viveka (discernement, vision claire). L'UEY va reprendre également ses projets de travail

et de recherche sur différents sujets, dont la spiritualité dans le yoga. Malheureusement, il a déjà été décidé que l'AG de printemps ne pourra à nouveau pas avoir lieu en présentiel dans un pays d'Europe comme cela se faisait avant la pandémie, ce qui permettait aux délégués des 22 fédérations de se rencontrer, de mieux se connaître et de travailler ensemble de manière plus stimulante et créative. Nous espérons que ce n'est que partie remise.

**Isabelle Daulte**  
Comité



schweiz suisse svizzera

### CONTRATS-CADRES AVEC AVANTAGES

### POUR LES MEMBRES DE YOGA SUISSE

- ✓ Assurance responsabilité civile professionnelle
- ✓ Assurance indemnité journalière
- ✓ Caisse de retraite
- ✓ Protection juridique
- ✓ Assurance choses
- ✓ Caution locative
- ✓ Assurance auto, ménage, RC privée, immobilière

Pour une offre sans engagement veuillez-vous adresser à:  
solution+benefit | Bernstrasse 1 | case postale 284 | 3280 Morat  
Téléphone 026 670 74 20 | info@solution-benefit.ch



## 1.5. Coordination du comité, collaboration entre le secrétariat exécutif et les institutions de formation



### Regard en arrière

Si l'on devait donner un titre à l'année 2021 et au travail au sein de l'association Yoga Suisse, ce serait peut-être : « **Un nouveau vivre-ensemble** ».

Le comité a décidé de mettre en œuvre une gestion participative horizontale. Cela implique un changement d'attitude fondamental et donc une grande exigence envers toutes les personnes concernées. C'est ainsi que les domaines d'activité ont été répartis au sein du comité en fonction des compétences et de l'enthousiasme pour les tâches à venir. Et la voie de la collaboration dans la coordination et la communication, ainsi que dans la prise de décision, a été tout à fait décisive dans la réussite de la mise en œuvre.

Cela a permis d'augmenter les échanges. De courtes réunions zoom mensuelles ont été introduites en plus des réunions régulières avec le secrétariat exécutif et le comité, qui ont lieu quatre fois par an. Ces courtes réunions ont permis d'aborder directement et en temps réel des sujets, de stimuler les discussions et de favoriser les échanges.

Grâce à une vue d'ensemble sur tous les thèmes et processus des domaines les plus divers reposant sur l'expérience du secrétariat exécutif, le comité a réussi à mettre en œuvre son travail de manière efficace. Après presque un an, on peut dire avec plaisir que cette collaboration a fait ses preuves et qu'elle permet d'agir au mieux pour l'association avec les ressources disponibles et la diversité des tâches.

Afin d'aller encore plus loin dans la coordination, le cœur d'une association, le système d'archivage des documents (DAS), a été rendu accessible au secrétariat exécutif et au comité. Pourquoi est-ce que cela est mentionné ici comme quelque chose de spécial ? C'est particulier parce qu'une telle ouverture d'un système de données sensible n'est possible que si la confiance, la responsabilité et la rencontre sur un pied d'égalité sont possibles dans le cadre d'une collaboration mutuelle. Et donc, même si les choses ont parfois été plus calmes à l'extérieur, des processus importants ont eu lieu à l'intérieur, ce qui a permis d'asseoir la future collaboration sur des bases très solides.

### Collaboration avec le secrétariat exécutif

La collaboration avec le secrétariat exécutif a été marquée par l'ouverture et l'honnêteté. Grâce à la grande flexibilité et à l'engagement de tous les participant-e-s, les mesures de l'OFSP, qui ont été modifiées plusieurs fois dans l'année, ont pu être communiquées à chaque fois très rapidement et de manière très complète. Les voies numériques de Messenger, e-mail, Zoom, Sharepoints ont permis une coordination et une prise de décision efficaces et rapides. Des outils de traduction comme « deepl » aident également à communiquer de manière bilingue, rapide et aussi compréhensible que possible. Toutes ces possibilités permettent de surmonter rapidement d'éventuels obstacles dans la collaboration. Nous attendons donc l'année prochaine avec impatience et joie !

### Collaboration avec les institutions de formation

La nouvelle année de pandémie a empêché la tenue d'une journée de vision commune avec les institutions de formation prévue en automne. Néanmoins, le souhait d'un échange et d'une rencontre plus nombreux et plus approfondis entre le comité et les institutions de formation est grand, mais la réalité montre aussi que les ressources actuellement disponibles sont limitées par les circonstances particulières.

Dans les deux groupes de travail actuellement en cours, « Yogathérapie » et « Santé », deux institutions de formation sont représentées, ce qui permet un échange large et diversifié.

Cinq réunions ont eu lieu ici pour le groupe de travail « Yogathérapie » et une pour le groupe de travail « Santé ». Nous souhaitons vivement que l'année à venir permette des retrouvailles physiques et la reprise d'un échange en vue d'une action commune.

## 1.5. Coordination du comité, collaboration entre le secrétariat exécutif et les institutions de formation

### Regard vers l'avenir

#### Structure organisationnelle de Yoga Suisse

Différents cahiers des charges, statuts et règlements demandent à être revus et adaptés. En particulier, la collaboration entre le comité et les institutions de formation doit être rendue visible dans les documents directeurs (statuts, organigramme, cahier des charges). Le comité et les écoles échangeront leurs points de vue à ce sujet lors de la journée de vision prévue pour le 1er avril 2022. Les exigences posées par eduQua seront ainsi mises en œuvre pour l'année à venir et montrent que Yoga Suisse continue de disposer d'une structure organisationnelle efficace et efficiente et qu'elle reste ainsi prête pour l'avenir.

#### Yogathérapie

Le groupe de travail existant sur le positionnement et l'orientation de la yogathérapie poursuivra son travail et ses discussions, en particulier pour mettre en œuvre les premiers objectifs de la « Stratégie de yogathérapie 2022–2025 ». Il s'agit de la vision stratégique et de la définition dans le domaine de la yogathérapie, ainsi que des domaines d'action prioritaires dans lesquels Yoga Suisse souhaite s'impliquer. D'autres thèmes seront abordés : clarification du positionnement en tant que méthode et du rôle de la thérapie complémentaire Méthode yogathérapie. Différentes questions doivent être discutées scrupuleusement afin de parvenir à un consensus porteur d'avenir.

#### Offre de formation continue de Yoga Suisse

Suite à de nombreuses demandes de la part des membres, le concept de formation continue sera révisé et adapté aux conditions et aux besoins actuels d'une offre de formation continue efficace et cohérente.

**Claudia Per**  
Comité



## 1.6. Finances

### Regard en arrière

Une gestion prudente des finances a également été une priorité en 2021. Nous sommes donc très heureux que le budget ait été majoritairement respecté et que des réserves d'un montant de CHF 10'000.– aient pu être constituées en plus d'un bénéfice de CHF 5'021.74.

Par rapport à l'année précédente, on constate que le nombre de membres s'est stabilisé et qu'il y a eu moins de départs. Au printemps, la procédure de reconnaissance pour les enseignant-e-s de yoga ayant suivi une formation de yoga en dehors de Yoga Suisse a pu être mise en œuvre. Sept enseignant-e-s de yoga titulaires d'un diplôme de l'Union Européenne de Yoga (UEY) ont obtenu la reconnaissance en 2021. Les frais administratifs d'un montant de CHF 1'400.– ont été comptabilisés dans le domaine de l'assurance qualité.

Un grand merci à Andrea Leuthold et Carlo Vella pour leur contribution. Nous tenons également à remercier très chaleureusement les membres du comité et les membres des groupes de travail qui ont travaillé bénévolement et qui n'ont pas facturé leur travail, leurs jetons de présence et/ou leurs frais.

Les recettes dans le domaine de l'assurance qualité comprennent les frais de dossier d'un montant de CHF 350.– par candidat-e au diplôme. Ce montant varie d'année en année et dépend du nombre de candidat-e-s qui passent les examens de Yoga Suisse.

Comme convenu avec Swisswell Medien AG et Yoga7, Yoga Suisse paie un montant par membre et par édition pour les revues. Il en résulte qu'un plus grand nombre de membres entraîne des dépenses plus élevées dans le domaine des revues. Le montant est donc légèrement supérieur à celui de l'année précédente.

Les dépenses liées à la communication des mesures prises par les autorités dans le cadre de Covid-19 sont principalement intégrées dans le domaine « Personnel ». Une petite partie, notamment les clarifications juridiques, est comprise dans le domaine « Relations publiques ».

En 2021, le comité a adapté le règlement des frais pour les membres du comité et les groupes de travail en vigueur depuis 2017. Le montant des jetons de présence de CHF 90.– pour les réunions d'une demi-journée et de CHF 150.– pour les réunions d'une journée entière est maintenu. S'y ajoute un forfait annuel de CHF 2'400.– par membre du comité. Les jetons de présence, les frais et le forfait sont inclus dans le montant de CHF 17'005.95.

Le compte de charges « Site Internet, gestion des membres, newsletter » comprend les dépenses de maintenance ainsi que les travaux de mise à jour du calendrier des manifestations sur le site Internet.

Le compte de charges « Congrès » comprend les dépenses pour la cérémonie de remise des diplômes et l'atelier Mandala, qui ont pu être organisés en juin 2021.

Le bénéfice réalisé de CHF 5'0821.74 francs a permis d'augmenter les fonds propres à CHF 34'659.82 francs.

### Regard vers l'avenir

Pour l'année 2022, une planification financière prudente reste importante.

Le projet de renouvellement de la gestion des membres basée sur Internet, qui existe depuis dix ans, doit être mis en route cette année. Le logiciel de facturation, en particulier, doit impérativement être renouvelé, car les bulletins de versement utilisés jusqu'à présent seront remplacés par les nouvelles factures QR. Des clarifications auprès des entreprises impliquées montrent que le projet de renouvellement de la gestion des membres pourra vraisemblablement être réalisé en plusieurs étapes, de sorte que les coûts pourront être répartis sur plusieurs années.

Comme l'association est financée principalement par les cotisations des membres, nous espérons que le nombre de membres de Yoga Suisse continuera d'augmenter en 2022.

## 1.6. Finances

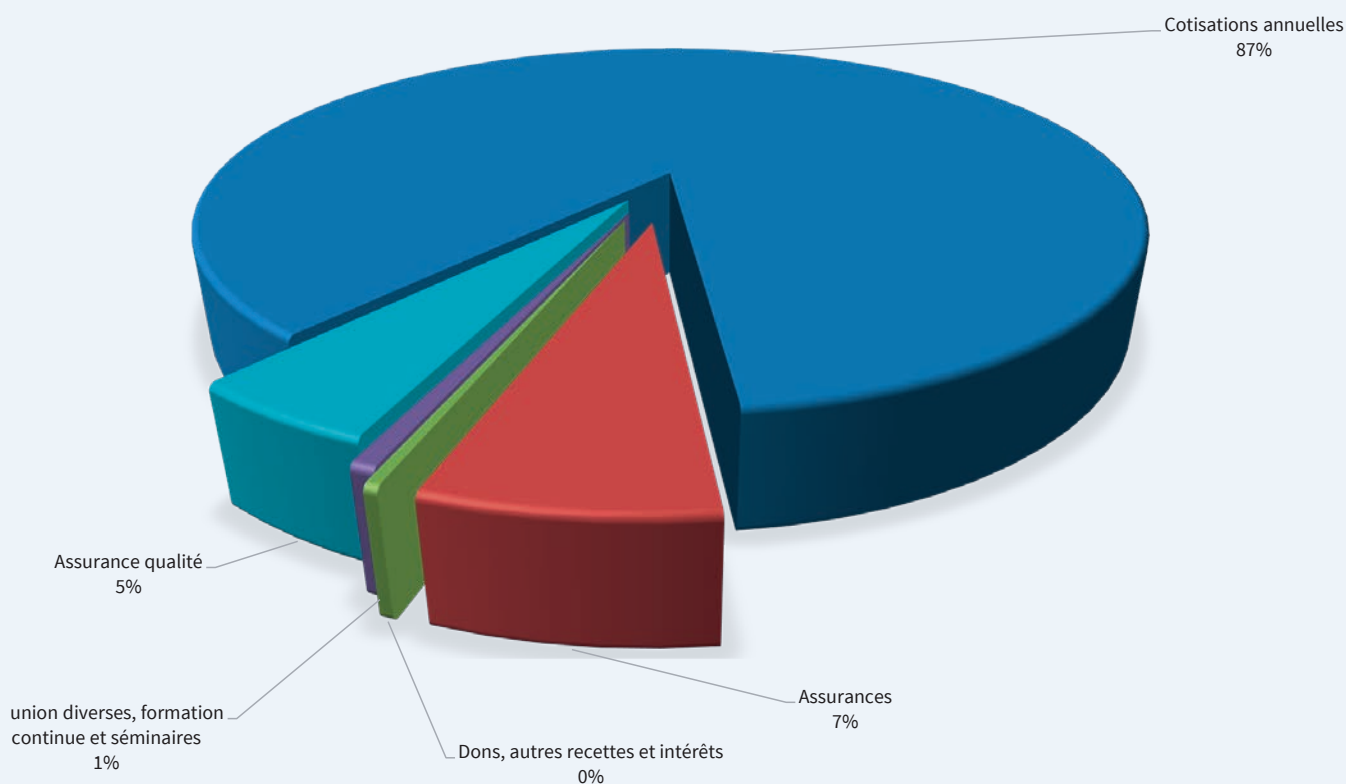
### Bilan

	31.12.2021	31.12.2020
<b>Actif circulant</b>		
Caisse	135.50	350.25
Compte postal	2 330.86	3 658.76
Compte bancaire	65 232.95	30 375.25
<b>Débiteurs</b>		
Débiteurs	0.00	0.00
Impôt anticipé	0.00	0.00
Actifs transitoires	3 055.30	9 293.10
<b>Immobilisations</b>		
Meubles et appareils	1.00	100.00
<b>Total</b>	<b>70 755.61</b>	<b>43 777.36</b>
<b>Capital étranger</b>		
Créanciers	7 085.79	5 508.28
Passifs transitoires	14 010.00	3 631.00
Provisions	15 000.00	5 000.00
<b>Capital propre</b>		
Solde 1.1.	29 638.08	24 552.07
Bénéfice	5 021.74	5 086.01
Total intermédiaire 31.12	34 659.82	29 638.08
<b>Total</b>	<b>70 755.61</b>	<b>43 777.36</b>

## 1.6. Finances

### Compte d'exploitation Recettes

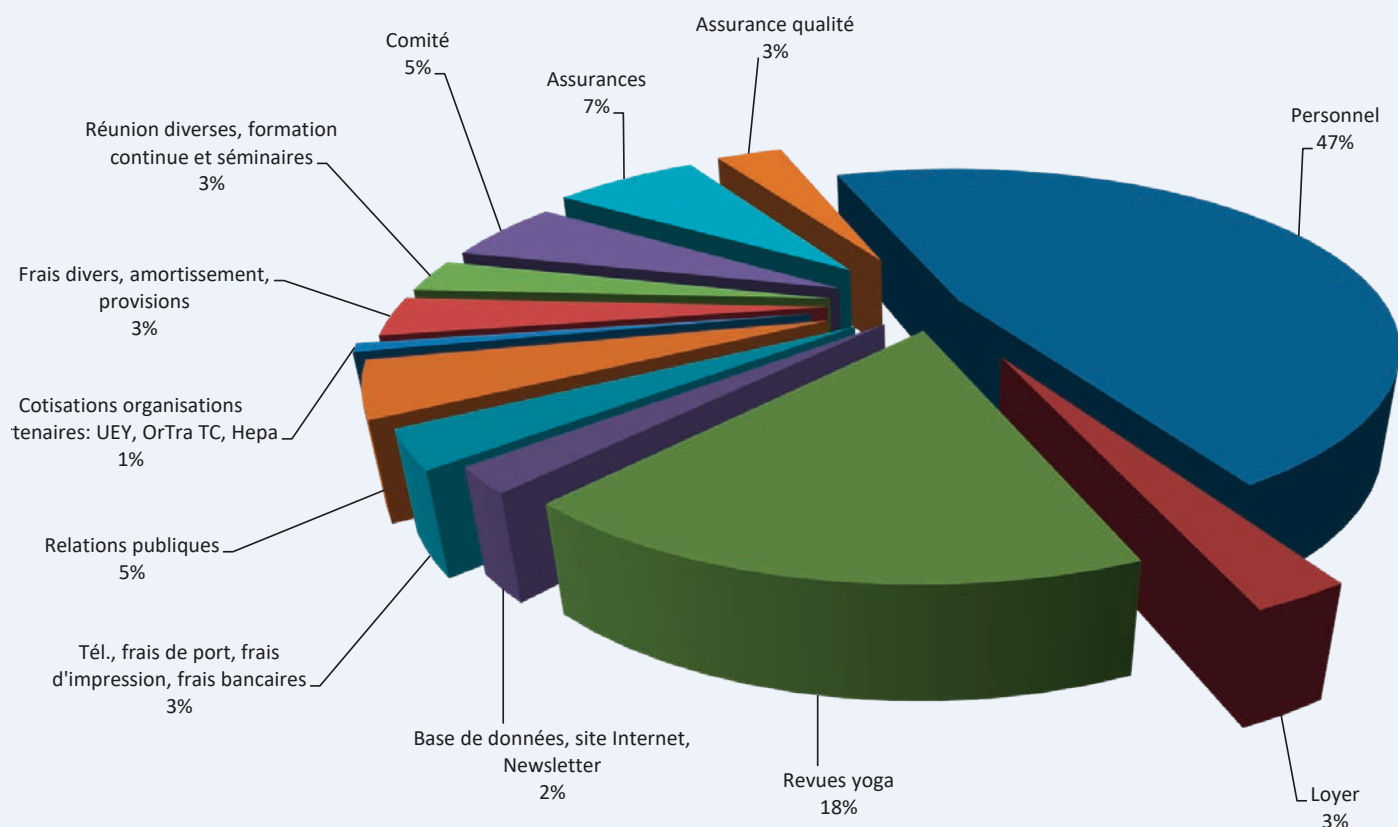
Cotisations annuelles	274 370.85
Assurance qualité	15 700.00
Dons, autres recettes et intérêts	1 115.25
Réunions diverses, formation continue et séminaires	1 960.00
Assurances	21 500.00



## 1.6. Finances

### Compte d'exploitation Dépenses

Personnel	145 300.00
Loyer	8 142.00
Revue yoga	54 351.75
Base de données, site Internet, Newsletter	6 626.10
Tél., frais de port, frais d'impression, frais bancaires	9 876.11
Relations publiques	14 797.83
Cotisations organisations partenaires : UEY, OrTra TC, Hepa	2 368.10
Assurance qualité	10 058.35
Frais divers, amortissement, provisions	10 621.72
Réunions diverses, formation continue et séminaires	8 952.85
Comité	17 005.95
Assurances	21 523.60



## 2. Secrétariat exécutif

### 2.1. Secrétaire exécutive



#### Regard en arrière

En 2021, les activités ont également été touchées par les événements et les mesures de la pandémie. Malgré tout, quelques projets importants ont pu être mis en route et réalisés.

#### Covid-19 et communication

Il était important pour nous d'informer les enseignant-e-s de yoga, les yogathérapeutes et les institutions de formation sur les mesures prises par les autorités dans le cadre du Covid-19. A cet effet, les membres ont reçu une vingtaine de mails contenant des informations et des liens. Ces informations ont été mises en ligne simultanément sur le site Internet de l'association, dans une rubrique spécialement créée pour la communication en lien avec le Covid. En février 2021, une pétition munie d'environ 12'000 signatures a été déposée à la Chancellerie fédérale en collaboration avec les associations de yoga, l'Association suisse du yoga et Iyengar Yoga Suisse. Les associations de yoga y demandaient que les enseignant-e-s de yoga soient considérés comme un groupe professionnel de santé et que l'enseignement du yoga puisse reprendre avec les mesures de protection nécessaires. En 2021, les associations de yoga ont adressé trois « lettres ouvertes » au Conseil fédéral et se sont engagées pour que les enseignant-e-s de yoga puissent reprendre l'enseignement, respectivement osent continuer à enseigner. Les contacts et les échanges bilatéraux entre les associations de yoga et l'Office fédéral de la santé publique ont également été utiles.

#### Collaboration avec les organisations dans le domaine de la santé

Grâce à l'accord avec l'ASCA, les membres actifs enregistrés auprès de l'ASCA peuvent bénéficier d'une réduction (CHF 105.-) sur la cotisation annuelle de l'ASCA. En contrepartie, Yoga Suisse contrôle les 16 heures de formation continue de 60 minutes par an. Actuellement, un peu plus de 30 membres actifs profitent de cette offre. Les membres actifs intéressés qui ne sont pas encore inscrits à l'ASCA peuvent s'inscrire directement sur le site Internet : [www.asca.ch](http://www.asca.ch).

Grâce à l'accord passé avec la Swica, tous les membres actifs figurent sur le site web de la Swica dans le répertoire des moniteur-trice-s de cours dans le domaine des cours en lien avec la promotion de la santé.

La synthèse des contributions en matière de prévention santé proposées par les plus grandes caisses-maladie a été actualisée en 2021. Ces informations, qui se trouvent sur le site Internet de l'association (<https://www.yoga.ch/fr/cours-de-yoga/contributions-en-matiere-de-prevention-sante-pour-les-cours-de-yoga/>), suscitent un grand intérêt aussi bien chez les enseignant-e-s de yoga qu'auprès des participant-e-s aux cours de yoga.

#### Cérémonie de remise des diplômes et atelier mandala

Après avoir été reportée à trois reprises, la cérémonie de remise des diplômes et l'atelier mandala ont pu avoir lieu le 26 juin 2021 à Bâle. Plus de 70 personnes ont participé à l'événement, dont une partie des diplômé-e-s de l'année 2019, la cérémonie de 2020 n'ayant pas pu avoir lieu en raison de la situation sanitaire. Les festivités ont été encadrées par Lama Pema et Lama Kunsang, qui ont créé un mandala de sable pendant et après les festivités. Vous trouverez un compte-rendu à ce sujet dans l'édition d'été des deux magazines.

#### Examen Yoga Suisse

Cette année, six écoles (Tapas Yoga, Lotos Yoga, Schweizer Yoga Zentrum, Yogaring, CFEY Bansuri, EFEY) ont organisé leurs examens avec 34 candidats. Six expertes externes et une stagiaire de Yoga Suisse étaient présentes les jours d'examen en tant qu'assesseuses et ont contrôlé le déroulement de l'examen sur le plan formel. Les travaux d'organisation et d'administration dans le domaine des examens s'échelonnent sur l'ensemble de l'année.

#### eduQua

Depuis 2012, Yoga Suisse et les institutions de formation sont certifiées eduQua. L'organisme de certification indépendant Procert vérifie si les standards sont respectés. Les six domaines suivants sont examinés : offres de formation, information, enseignement, formateurs, système de gestion de la qualité et direction. La poursuite de la certification a été remise en question par certaines institutions de formation. Deux enquêtes ont été menées auprès des écoles entre 2019 et 2020. Lors de la journée d'échange avec les écoles du 23 avril 2021, une majorité d'entre elles s'est prononcée en faveur de la poursuite de la certification eduQua. Le comité a décidé le jour même et à l'unanimité de maintenir la certification.

## 2. Secrétariat exécutif

### 2.1. Secrétaire exécutive

La recertification de l'ensemble de l'organisation a eu lieu le 7 septembre 2021 au secrétariat exécutif. Il en est ressorti que Yoga Suisse, en tant qu'organisation, remplit une grande partie des exigences. Certaines améliorations ont été recommandées ou parfois exigées pour maintenir la certification.

#### Assurances

Le nombre de personnes ayant contracté une assurance responsabilité civile a légèrement diminué en 2021 et atteint 288 personnes (2020 : 312 personnes). Les membres actifs et les membres en formation ayant passé l'examen d'anatomie peuvent profiter de cette assurance collective avantageuse. L'offre d'assurance pour le travail thérapeutique avec les deux produits d'assurance « Risque de base Plus » et « Couverture intégrale » est actuellement utilisée par soixante-deux enseignant-e-s de yoga/yogathérapeutes. Cette offre d'assurance est de plus en plus attractive et a légèrement augmenté par rapport à l'année précédente.

Les membres actifs peuvent bénéficier d'autres assurances collectives, comme le deuxième pilier pour les indépendants. Grâce à l'accord passé avec la Fondation de prévoyance pour le personnel médical et vétérinaire PAT-BVG, les membres de Yoga Suisse peuvent s'affilier à cette caisse de pension. Les membres actifs et les membres en formation trouveront des informations sur les différentes possibilités d'assurance ainsi qu'un formulaire d'inscription sur [www.yoga.ch](http://www.yoga.ch), sous la rubrique Avantages partenaires.

Jusqu'à récemment, les membres de Yoga Suisse pouvaient bénéficier de réductions sur les assurances complémentaires de la Swica. En raison des dispositions de l'autorité de surveillance des marchés financiers (Finma) et parce que trop peu de membres de Yoga Suisse se sont intéressés à la contraction d'une assurance complémentaire auprès de la Swica, les contrats avec cette dernière n'ont pas pu être renouvelés.

#### Personnel

Répartie dans les domaines de la direction, de l'assurance qualité, de la gestion des dossiers, de la traduction et relecture, notre équipe a occupé un peu plus de 140 pour cent de poste en 2021.

Sur le plan opérationnel, le secrétariat exécutif participe à la mise en œuvre de l'orientation stratégique de tous les projets de l'association. Nous soutenons le comité et les groupes de travail dans la gestion et l'organisation des différents projets.

#### Regard vers l'avenir

A l'heure actuelle, l'évolution de la situation sanitaire n'est pas encore claire. Il est probable que la communication autour des mesures administratives liées au Covid-19 continuera à occuper une grande partie du travail du secrétariat exécutif au cours du premier trimestre.

Nous poursuivrons également les projets dans les domaines de la santé et de la yogothérapie.

De même, le renouvellement de la gestion des membres sera un projet important. Ce projet nécessite des clarifications supplémentaires auprès des entreprises concernées.

**Susanne Baltensperger**  
Secrétaire exécutive

## 2.2. Assurance qualité dans le domaine de la formation



### Regard en arrière

Le domaine « qualité » a pu avancer sur plusieurs dossiers de manière très concrète durant l'année 2021 et le comité a pu prendre des décisions importantes permettant de projeter l'organisation vers l'avenir.

#### Procédure de reconnaissance (PRE)

La procédure vise à attribuer une reconnaissance aux personnes ayant finalisé une formation de yoga en dehors de Yoga Suisse et qui souhaitent être reconnu-e-s comme enseignant-e-s Yoga Suisse. Durant l'année 2020, le secrétariat exécutif a élaboré un guide pratique permettant de définir les conditions cadre de cette reconnaissance. Ce guide, soumis à la consultation des institutions de formation en décembre 2020, a été validé par le comité en date du 23 mars 2021. La mise en œuvre de la procédure a pu démarrer immédiatement par le biais d'une mise en ligne du document sur le site de l'association et d'une information à toutes les personnes en attente (env. 100) de l'aboutissement du projet. Une première évaluation du projet est prévue au plus tard au printemps 2023.

#### Système de gestion de la qualité et eduQua

Yoga Suisse dispose d'un système de qualité externe basé sur le label eduQua. L'utilisation de cette certification était remise en question par une partie des institutions de formation. Deux consultations ont été faites auprès des écoles entre 2019 et 2020 pour connaître leur positionnement. Le 23 avril 2021, lors d'une journée réunissant les écoles et dirigée par Sabine Schüpbach Blunier, experte dans le domaine de la qualité et d'eduQua, les écoles ont pu échanger une fois encore sur ces thématiques et discuter les différents scénarios proposés (maintien du label, sortie d'eduQua, etc.). Une grande majorité des institutions de formation ont plaidé pour le maintien du label. Suite à cette rencontre, le comité a décidé – le jour même – de maintenir la certification eduQua pour l'ensemble des écoles. La question des audits internes et du soutien potentiel aux écoles a été reportée à une date ultérieure. A noter que la recertification de l'ensemble de l'organisation a également eu lieu le 7 septembre 2022. M. Zollinger (Procert) a posé plusieurs exigences à Yoga Suisse pour pouvoir maintenir le label à l'avenir.

#### Yogathérapie (YT)

Le dossier yogathérapie a connu une belle progression durant l'année 2021. Le groupe de travail, constitué en 2020, a dans un premier temps élaboré un document de base « Etat des lieux de la yogathérapie ». Ce document a été approuvé par le comité lors de sa séance du 18 juin 2021, séance durant laquelle le comité a également donné le feu vert au groupe de travail pour travailler sur un document stratégique intégrant une vision, des objectifs stratégiques et opérationnels pour Yoga Suisse dans le domaine de la yogathérapie. La 1ère Stratégie Yogathérapie 2022–2025 a été approuvée par le comité lors de sa séance du 26 novembre 2021. Une information à ce sujet est prévue lors de la prochaine assemblée générale de Yoga Suisse en 2022.

#### Pool des expert-e-s externes

La formation initialement prévue en juin 2020, puis en décembre 2020 sur le thème « Comment donner un feed-back constructif » a finalement pu avoir lieu le 19 juin 2021 à Berne. Les ateliers et les discussions ont débouché sur la nécessité de revisiter les niveaux de performance de la Grille d'évaluation utilisée par les expert-e-s lors des examens Yoga Suisse.

#### Journée de formation des institutions de formation continue

En 2020, la journée de formation continue des IF n'a pas eu lieu. La priorité a été donnée au domaine de la gestion de la qualité et à la poursuite du label eduQua.

#### Formation continue

Sur les 17 cours de formation continue proposés, sept ont eu lieu et ont rassemblé environ 40 enseignant-e-s de yoga. Quatre cours ont été reportés en 2022 en raison du Covid-19.

## 2.2. Assurance qualité dans le domaine de la formation

### Regard vers l'avenir

L'année 2022 sera consacrée à la poursuite des dossiers, notamment la mise en œuvre des premiers objectifs de la Stratégie Yogathérapie 2022–25. Une priorité sera également donnée à la réexamination et à la simplification de la procédure d'examen internes et des documents s'y référant. En matière de formation continue, le concept sera revisité et adapté aux exigences d'une offre de formation continue efficace et cohérente.

#### Formation continue

L'offre de formation continue de Yoga Suisse pour 2022 peut être téléchargée au format PDF sur le site web de l'association ([www.yoga.ch/fr/formation-et-formation-continue/formation-continue/](http://www.yoga.ch/fr/formation-et-formation-continue/formation-continue/)). Une offre à nouveau attrayante et variée composée de 9 cours de formations ainsi qu'une formation certifiante. Le programme est également mis à jour dans les deux magazines « Yoga! Das Magazin » et « Les Cahiers du Yoga ».

Nous recommandons à nos membres actifs de se former de manière régulière. La formation devrait être avoir un lien direct avec le yoga, l'activité d'enseignement et/ou le travail en tant qu'indépendant-e. Nous recommandons une formation continue d'au moins quinze heures par an.

Les membres actifs certifiés par l'ASCA sont soumis à une formation de 16 heures par an.

**Dolores Ferrari**  
Responsable de l'assurance qualité  
dans le domaine de la formation



## 3. Contacts et affiliations

### Comité

**Malek Daouk**  
info@samgati.ch

**Isabelle Daulte**  
Tél. 079 261 27 55, isa.daulte@bluewin.ch

**Naomi King**  
Tél. 078 638 83 35, naomi.king@yoga.ch

**Gabi Ledermann**  
Tél. 076 336 53 80, gabi.ledermann@yoga.ch

**Claudia Per**  
Tél. 055 214 10 08, claudia.per@yoga.ch

**Comité plénier**  
vorstand-comite@yoga.ch

### Secrétariat exécutif

**Susanne Baltensperger**  
Secrétaire exécutive  
Tél. 031 311 07 17, susanne.baltensperger@yoga.ch

**Dolores Ferrari**  
Responsable de la qualité dans le domaine  
de la formation  
Traductrice  
Tél. 076 416 92 61, dolores.ferrari@yoga.ch

**Brigitte Merz**  
Secrétaire  
Tél. 031 311 07 17, brigitte.merz@yoga.ch

### Yoga Schweiz Suisse Svizzera est membre



de l'Union Européenne de Yoga UEY  
www.europeanyoga.org



de l'OrTra TC



du Réseau santé et activité  
physique Suisse  
www.hepa.ch

### Yoga Schweiz Suisse Svizzera est institution partenaire de



EMfit  
www.emfit.ch

### Yoga Schweiz Suisse Svizzera est certifiée



Schweizerisches Qualitätszertifikat für Weiterbildungsinstitutionen  
Certificat suisse de qualité pour les institutions de formation continue  
Certificato svizzero di qualità per istituzioni di formazione continua

www.eduqua.ch

### IMPRESSUM

#### Editeur

Yoga Schweiz Suisse Svizzera  
Aarberggasse 21, CH-3011 Berne  
Tél. +41 (0) 31 311 07 17, info@yoga.ch

#### Rédaction et annonces

Susanne Baltensperger

#### Traduction

Dolores Ferrari

#### Photos

Mises à disposition