

BULLETIN D'INSCRIPTION

MEDITATION DE PLEINE CONSCIENCE

Programme MBCT en 8 semaines pour se libérer de l'anxiété, des difficultés de régulation émotionnelle, de la déprime, de la rumination, du stress ou tout simplement améliorer son bien-être...

Animé par Sandra Béjaoui
Psychologue - Instructrice de méditation de pleine conscience
Formée par l'Université de Louvain-la-Neuve (Belgique)

COORDONNEES

NOM : PRENOM :
Adresse :
Code postal : Ville :
Téléphone :
Email :

SITUATION

Situation familiale :

Situation professionnelle :

Médecin traitant :

Médecin spécialiste (psychiatre) éventuel :

Situation de santé (maladie physique, difficultés psychiques ou antécédents de difficultés psychologiques, traitement, ect.) :

.....
.....

Autre(s) information(s) complémentaire(s) qu'il vous paraît importante(s) à signaler :

.....
.....

Vos motivations à participer au cycle :

.....
.....

CONDITIONS DE PARTICIPATION

Inscription au cycle se fait avant le début du cycle avec ce bulletin d'inscription rempli et :

- Effectuer un entretien téléphonique préalable avec l'institutrice
- Ou participer à la réunion d'information préalable au cycle.
- Régler les 8 séances avant le cycle, par courrier ou à la fin de la réunion d'information.
- Pour valider la réservation, renvoyez le bulletin d'inscription accompagné d'un chèque d'arrhes de 70,00 euros à l'adresse ci-dessous. (le chèque ne sera pas encaissé avant le début cycle, il sert de pré-inscription)

Inscription seulement à la journée de pleine conscience (si vous avez déjà effectué un cycle MBSR ou MBCT) se fait par mail ou téléphone, en envoyant un chèque de 30,00 euros à l'adresse ci-dessous ou en réglant le jour de la journée en silence.

REGLEMENT

- Coût total du cycle de 8 semaines : 370,00 euros (tarif comprenant : 1 entretien téléphonique et/ou 1 réunion d'information, 8 séances, 1 journée en pleine conscience, supports : documents et méditations guidées)

- Réservation : 70,00 euros d'arrhes à l'inscription

- Modalité de paiement : 70,00 euros d'arrhes + un chèque de 300,00 euros ou bien vous avez la possibilité de régler en 4 échéances mensuelles (soit : 70 euros d'arrhes + 3 chèques de 100 euros) avant le début du cycle.

- Pour la journée de pleine conscience : un chèque de 30,00 euros à envoyer à l'adresse ci-dessous ou le jour de la journée en silence.

A..... le.....

Signature :

Bulletin d'inscription et règlement à adresser à :

Madame Sandra Béjaoui

Pôle de Santé
Place du Dr Couinaud
61200 Argentan

07.67.36.82.54

normandimeditation@gmail.com

Site internet : <https://normandimeditation.com>

Page Facebook : Normandie méditation