

BULLETIN D'INSCRIPTION

Je soussigné(e) : Mme / M.

A renvoyer complété et signé à :

si concerné parent de : âge : ans

Nadine MASSON-SIMON

Adresse :

9 Bis rue de l'aulne

.....

29290 Saint-Renan

Tél. : Email :

Tel : 06.07.10.17.19

S'informer ou être guidé par la lettre Infos'Sophro® (par mail) : OUI

Graines de Bienveillance pour soi

Atelier (re) découverte

Un atelier de 2 Heures - En Mini-groupe (En Duo, Trio ou 4 personnes)

Lieu des séances : 10 rue des entrepreneurs Le Mespaul 29290 St-Renan - Bureau de Nadine MASSON-SIMON

En cas de confinement/couvre-feu, séances en ligne - Votre option :

Skype (visio/audio)

Téléphone (audio)

Intention pédagogique :

- Vous bénéficiez d'une partie "enseignement" (dynamique) et d'une partie "Pratique" (applicable dans votre quotidien)
- Vous profitez de la dynamique de mini-groupe (Duo, Trio ou 4 personnes) des échanges et des apports théorique
- Vous cultivez vos capacités de présence attentive (Pleine conscience)
- Vous entraînez vos attitudes d'auto-empathie et cultivez vos aptitudes à faire émerger la bienveillance
- vous réalisez à votre rythme vos apprentissages et appliquez pas à pas vos capacités entraînées dans votre quotidien

Dates :

Jeudi 20 MAI 2021 de 10H à 12H

Tarifs et règlement :

■ 50€ / Atelier en 1 fois: 50€(arrhes et Solde)

Tarifs non soumis à TVA en vertu de l'article 293B du CGI - Nadine MASSON-SIMON SIREN 751 157 678 - Code APE 8559B

Les chèques sont libellés à l'ordre de Nadine MASSON-SIMON et adressés 9 Bis rue de l'aulne 29290 SAINT-RENAN

Méditation de pleine conscience et vous (A cocher)

Conditionset pré-requis: La méditation de pleine conscience est un entraînement de l'attention pour cultiver une façon de vivre le moment présent dans une attitude ouverte et bienveillante

Je reconnais être en pleine possession de mes facultés pour pratiquer ces méthodes

Contre-indication : Etat dépressif et/ou troubles psychiques non stabilisés

Mon état psychique est stabilisé (certificat médical attestant de ma capacité à suivre ce programme pédagogique)

Je reconnais ne pas être concerné par cette contre-indication

Conditions de fonctionnement applicables(Lieu -Engagement -Arrhes)

• Les mini-groupes sont constitués à partir d'un nombre minimum d'inscrits : 2 personnes

• LIEUX selon l'option préalablement choisie : (*) à St Renan au 10 rue des entrepreneurs, Le Mespaul, Saint-Renan

• Arrhes encaissées le jour de la confirmation de la constitution du groupe adressée par mail ; en cas d'annulation de votre part après ce mail et avant le début du cours, les arrhes sont conservés. Le solde vous est restitué. Les chèques de solde, remis dès l'inscription, sont encaissés le 1er jour ouvré du mois du lancement du thème

• En cas de force majeure (pandémie, couvre-feu, confinement) L'option cours en ligne se substitue automatiquement à l'option A St-Renan ; elle s'applique à l'ensemble des participants au groupe, aux jours et horaires déterminés

• Tout programme commencé est dû en totalité. Un cours manqué n'est ni remboursé, ni remplacé, même en cas de force majeure L'inscription est nominative

J'ai lu et j'accepte les conditions de réservation et de paiement

Date: le A :

Signature avec la mention «Lu et approuvé»