

Être et improviser

Programme MBSR Présentiel (MINDFULNESS BASED STRESS REDUCTION) selon le Pr. Jon Kabat-Zinn

Nom :	
Prénom :	
Date de naissance :	
Adresse :	
Code postal :	Ville :
Téléphone :	
Mail :	

Programme MBSR Automne 2021

Programme de huit séances le samedi matin

9/10 ; 16/10 ; 23/10 ; 30/10 ; 3/11
6/11 ; 13/11 ; 27/11 ; 4/12

+

Une journée de pratiques en silence

Samedi 20/11

Form'appart
3 rue le Bouteiller
Rennes

Pour valider mon inscription au programme MBSR automne 2021 avec Être et improviser

* En consultant le site <https://etreetimproviser.com/> ; à la suite de la séance d'information et lors de l'entretien préalable :

- j'ai pris connaissance du descriptif du programme MBSR
- j'ai pris connaissance des conditions de participation et des contre-indications
- j'ai lu et renseigné le questionnaire confidentiel (afin d'être mieux accompagné)

* Je m'engage dans le programme MBSR automne 2021

- en participant à toutes les séances du samedi matin
- en participant à la journée entière de pratiques
- en versant 100 euros d'acompte avant le début du programme et en réglant la somme de selon le tarif au début du programme.

Fait à le Signature

Être et improviser : Méditation de Pleine conscience, MBSR
Rennes

SIRET : 90178856200014

<https://etreetimproviser.com/>