



Ateliers Mindfulness

## Bulletin d'inscription au programme MBSR Janvier à Mars 2020

Réduction du Stress Basée sur la Mindfulness  
Programme de 8 semaines

### Lieu et horaires :

Jeudi de 19h à 21h30 à l'Atelier, 23 rue du Chariot d'or, Lyon 4  
30/01, 06/02, 13/02, 20/02, 05/03, 12/03, 19/03, 26/03 + journée de pleine  
conscience le dimanche 15/03

Prénom : \_\_\_\_\_

NOM : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

Code postal : \_\_\_\_\_ Ville : \_\_\_\_\_

Adresse e-mail : \_\_\_\_\_

N° de téléphone : \_\_\_\_\_

Profession : \_\_\_\_\_

Age : \_\_\_\_\_

Situation de famille : \_\_\_\_\_

Pour quelles raisons souhaitez-vous suivre ce programme ?

---

---

---

---



Ateliers Mindfulness

Informations complémentaires :

Je soussigné(e) \_\_\_\_\_, certifie être informé(e) que le programme MBSR ne se substitue en rien à un suivi médical ou psychologique. J'ai pris connaissance des contre-indications figurant au bas de cette page.

Tarif : cocher la case correspondant à votre souhait.

430 € OU  2% des revenus nets annuels, soit \_\_\_\_\_ €

L'inscription est validée par un acompte de 100 € accompagné de ce bulletin, le solde est à régler lors de la Séance 1. Règlements à effectuer par chèque ou virement bancaire (IBAN : FR27 3000 2010 8400 0010 2124 G78)

Fait à : \_\_\_\_\_ Le : \_\_\_\_\_ Signature :

Contre-indications :

- Dépendance à des substances (en cours ou guéries depuis moins d'un an)
- Idées suicidaires
- Psychose
- Syndrome de stress post-traumatique
- Dépression ou autre diagnostic psychiatrique majeur