

## MBSR - Bulletin d'inscription

### Programme Pleine Conscience MBSR

Mindfulness Based Stress Reduction

Nom : .....

Prénom : .....

Adresse : .....

CP : ..... Ville : .....

Téléphone portable : .....

Email : .....

#### Je souhaite m'inscrire au Cycle MBSR (cochez) :

- J'ai pris connaissance du descriptif détaillé du programme MBSR et des conditions de participation sur le site :

<https://elenazahariev.com/programme-mbsr/>

- Je m'engage à participer à toutes les séances – les mardis du 01/06 au 20/07 et la journée du 04/07

- J'ai participé à un Atelier Découverte et j'ai eu un entretien téléphonique

- En cas d'impossibilité de venir à une séance, je m'engage à en informer l'institutrice le plus tôt possible.

*Un entretien téléphonique de 30 minutes vous sera proposé pour garder le fil du programme et vous transmettre le programme des pratiques à domicile.*

#### Je confirme mon inscription au programme :

En envoyant un ou plusieurs chèques à l'ordre de Elena Zahariev ou bien en effectuant un virement bancaire (RIB à trouver dans la fiche d'informations) :

- J'envoie un acompte de 100 €\* par chèque ou virement pour réserver ma place
- Je règle le montant restant 350 € :
- En une fois : par chèque par virement bancaire
- En deux chèques : 2x175 € (dates d'encaissement à inscrire au dos)
- Je suis soutenue par l'association Sonara, le bien être Solidaire pour ma participation au programme.
- J'ai rempli le questionnaire confidentiel.

Date et signature du participant :

### Cycle MBSR Eté 2021

Du 01/06 au 20/07/2021

Cycle de 8 séances les **mardis de 19H00 à 21H30**  
(séance 1 et 8 jusqu'à 22H00)

#### Dates des 8 séances

01/06, 08/06, 15/06, 22/06,  
29/06, 06/07, 13/07, 20/07

Lieu : Sonara, 2 rue du  
Commerce Tours

#### Date de la journée-retraite

Dimanche 04 juillet  
de 10H à 17H30

Lieu : Tours ou ses alentours

#### Conditions d'annulation et de remboursement

Pas de remboursement du chèque d'acompte

A moins de 30 jours :  
remboursement de 50 % du solde

A moins de 14 jours : aucun  
remboursement

\*Chèque d'acompte encaissé un mois avant la 1ère séance puis encaissement du solde sur plusieurs mois consécutifs selon modalités de règlement choisies

L'enseignante se réserve la possibilité de reporter ou d'annuler un programme si le nombre de participants est insuffisant ou si les conditions sanitaire ne permettent pas de faire le cycle en présentiel.

#### Bulletin d'inscription à retourner avec l'intégralité du règlement à :

Elena Zahariev

La Violière

37360 Rouziers de Touraine

[contact@elenazahariev.com](mailto:contact@elenazahariev.com)