

**PROGRAMME PLEINE CONSCIENCE MBSR  
Sessions Automne 2017**

Nom : .....

Prénom : .....

Date de naissance : |\_\_| |\_\_| |\_\_|

Adresse : .....

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

Tél. portable .....

E-mail : .....

**1) Pour procéder à mon inscription (cocher) :**

- J'ai pris connaissance sur le site internet [www.ocoeurdeletrre.fr](http://www.ocoeurdeletrre.fr)**
  - du descriptif détaillé du programme MBSR
  - du documentaire sur la MBSR réalisé par le CFM
  - des 9 dates de la session
  - des conditions de participation au programme MBSR
- J'ai participé / je participerai à :**
  - atelier découverte 3h Pleine conscience et MBSR
  - journée découverte à la Bertais
  - cours hebdo ou pause midi Mindfulness
  - autre (préciser) : .....
- Je m'engage à être présent aux 9 rencontres d'une session (dates ci-contre) comprenant :**
  - ▶ **8 séances** au centre Ô Cœur de l'Être  
17 passage des Carmélites Rennes
  - ▶ **1 journée retraite d'intégration et de pratique intensive** de 9h15 à 17h30 au centre La Bertais
- J'ai été reçu(e) en consultation individuelle** (le cas échéant pas de questionnaire à retourner).
- J'ai retourné par mail le questionnaire préalable à l'entretien téléphonique.**
- J'ai vécu l'entretien téléphonique**

**2) Je confirme ce jour mon inscription au programme MBSR suivant :**

- session automne samedi 10h-12h30/13h
- session automne mardi 19h30-22h/22h30
- session automne jeudi 13h30-16h/16h30
- en réglant la totalité du montant du programme selon tarif suivant :**
  - ▶ **tarifs Particuliers**  480 € = tarif standard
  - 432 € = pass Bien-être (si inscription par ailleurs à un cours hebdo) ou tarif réduit réservé aux demandeurs d'emploi, bénéficiaires RSI, RSA, Sortir...).
  - 336 € = pass Etudiants
  - ▶ **tarifs Indépendants et Professions libérales récupérant la TVA**  480 € ht soit 576 ttc

**avec un chèque d'acompte de 100 €** (encaissé à l'inscription et non remboursable).

**et le solde de .....€ en 1, 2, 3 chèques comme suit : ..... X.....**  
(chèques établis à l'ordre de Stéphanie Maulay ; 1er chèque du solde encaissé la veille de la 1ère séance puis sur plusieurs mois consécutifs selon modalités de règlement choisies).

**Conditions de remboursement en cas d'annulation :**  
à moins de 28 jours ouvrés : remboursement de 75% du montant ; à moins de 21 jours ouvrés : remboursement de 50 % ; à moins de 15 jours ouvrés : remboursement de 25 % ; à moins de 8 jours ouvrés : aucun remboursement.

**Je souhaite recevoir une facture au nom de :** .....

**Je souhaite recevoir par mail la newsletter mensuelle du centre Ô Cœur de l'Être.**

**Date :** ..... **Signature du participant**  
(avec mention « lu et approuvé »)

\*\*\*\*\*

**Bulletin d'inscription à retourner avec l'intégralité du règlement à :**  
Stéphanie MAULAY  
4 rue Eugène Quessot 35200 Rennes

Calendrier à conserver  
**MBSR Sessions Automne 2017**  
démarrage octobre et novembre

**▶ SESSION JEUDI APRES-MIDI du 5/10 au 7/12 avec journée jeudi 23/11**

**8 séances de 13h30 à 16h ou 16h30**  
1ère séance : jeudi 5/10 (13h30-16h30)  
2ème séance : jeudi 12/10 (13h30-16h)  
3ème séance : jeudi 19/10 (13h30-16h30)  
4ème séance : jeudi 26/10 (13h30-16h)  
5ème séance : jeudi 9/11 (13h30-16h30)  
6ème séance : jeudi 16/11 (13h30-16h30)  
**Journée au centre La Bertais :** jeudi 23/11 (9h15-17h30)  
7ème séance : jeudi 30/11 (13h30-16h)  
8ème séance : jeudi 7/12 (13h30-17h), durée 3h30).

**▶ SESSION SAMEDI MATIN du 7/10 au 9/12 avec journée dimanche 26/11**

**8 séances de 10h à 12h30 ou 13h – rdv 10 min avant la séance**  
1ère séance : samedi 7/10 (10h-13h)  
2ème séance : samedi 14/10 (10h-12h30)  
3ème séance : samedi 21/10 (10h-13h)  
4ème séance : samedi 28/10 (10h-12h30)  
5ème séance : samedi 11/11 (10h-13h)  
6ème séance : samedi 18/11 (10h-13h)  
**Journée au centre La Bertais :** dimanche 26/11 (9h15-17h30)  
7ème séance : samedi 2/12 (10h-12h30)  
8ème séance : samedi 9/12 (9h30-13h, durée 3h30).

**▶ SESSION DU MARDI SOIR du 21/11 au 23/01 avec journée dimanche 14/01**

**8 séances de 19h30 à 22h ou 22h30**  
1ère séance : mardi 21/11 (19h30-22h30)  
2ème séance : mardi 28/11 (19h30-22h)  
3ème séance : mardi 5/12 (19h30-22h30)  
4ème séance : mardi 12/12 (19h30-22h)  
5ème séance : mardi 19/12 (19h30-22h30)  
6ème séance : mardi 9/01 (19h30-22h30)  
**Journée au centre La Bertais :** dimanche 14/01 (9h15-17h30)  
7ème séance : mardi 16/01 (19h30-22h)  
8ème séance : mardi 23/01 (19h15-22h45, durée 3h30)

**Lieu des 8 séances :** Centre Ô Cœur de l'Être au 17 passage des Carmélites à Rennes (à partir de septembre 2016)

**Lieu de la journée retraite :** Centre La Bertais près de Sens de Bretagne (co-voiturages, 25 min au nord de Rennes)

Contact : Stéphanie MAULAY - Tél. 06 21 01 37 46  
[stephanie.maulay@ocoeurdeletrre.fr](mailto:stephanie.maulay@ocoeurdeletrre.fr) – [www.ocoeurdeletrre.fr](http://www.ocoeurdeletrre.fr)