

# Programme Pleine conscience MBSR

## Questionnaire préalable à l'inscription

**Ce questionnaire est confidentiel et me permettra de mieux vous accompagner.** Merci de me le retourner par mail ([stephaniemaulay@gmail.com](mailto:stephaniemaulay@gmail.com)) avant notre entretien téléphonique pour finaliser votre inscription au programme MBSR. Je vous remercie de votre confiance. Stéphanie Maulay

Nom – Prénom :

Numéro – Rue :

Code Postal : Ville :

Téléphone en journée :

Vos disponibilités en journée pour vous joindre plus facilement (jours/horaires) :

Email:

Age: .

Profession : Si retraité(e), précisé depuis :

Situation de famille :

- Avez-vous des problèmes physiques rendant difficiles les mouvements doux ou/et la marche ?
  
- Pratiquez-vous une activité physique ? Laquelle ?
  
- Comment est votre sommeil ? En cas de troubles du sommeil, précisez les difficultés que vous rencontrez ?
  
- Au cours des 5 dernières années, avez-vous bénéficié d'un accompagnement psychologique ?  
Si oui, pendant quelle durée et pour quel trouble?
  
- Actuellement, bénéficiez-vous d'un accompagnement psychologique?  
Si oui, depuis combien de temps et pour quel trouble?
  
- Suivez-vous actuellement un traitement médicamenteux et si oui, le(s)quel(s)?

