CENTRE DE MINDFULNESS DE MONTPELLIER

STAGE DE MÉDITATION PLEINE CONSCIENCE POUR ADULTES DU MERCREDI 24 AU SAMEDI 27 JUILLET 2019

Ce stage, animé par Grégory Baptista, aura lieu à la salle de méditation du Centre de Mindfulness de Montpellier, à l'Espace Pitot, au 192 place Jacques Mirouze à Montpellier.

Ce stage est destiné aux personnes souhaitant s'initier à la pratique de la méditation pleine conscience (ou souhaitant la re-découvrir) avec les modalités des cycles habituellement proposés sur 8 séances hebdomadaires, mais ici dans une version condensée sur 4 jours. Le nombre de places est limité à une dizaine de personnes.

Ce stage de 4 jours s'organisera sur 8 demi-journées du mercredi 24 au samedi 27 juillet 2019, et les horaires seront les suivants: les matins de 10h00 à 12h30, et les après-midis de 14h30 à 17h00.

Le prix du stage est de 400 euros. Il comprend les 8 demi-journées de stage, un support écrit fourni lors du stage, ainsi que 4 méditations guidées (enregistrées au format mp3) envoyées par mail à la fin du stage, afin de pouvoir poursuivre la pratique par la suite. Le prix ne comprend pas les éventuels frais d'hébergement ou de restauration attenants.

En raison du nombre de places limitées, les inscriptions seront traitées dans l'ordre d'arrivée des bulletins par voie postale.
L'inscription sera effective dès lors que ce présent bulletin aura été complété, envoyé et accompagné du règlement complet du stage (cf démarches en page 2).
Il vous sera alors proposé un entretien avec Grégory Baptista, de visu ou téléphonique selon les possibilités, afin de s'assurer qu'il n'y a pas de contre-indication à votre participation.
NB: si vous avez présenté des antécédents de dépression ou de troubles psychologiques ou psychiatriques, il est important de le signaler à Grégory Baptista lors de l'entretien , afin de pouvoir évaluer la pertinence de participer à ce stage. Un épisode dépressif actuel non stabilisé, ou des antécédents de désorganisation ou de dissociation (troubles psychotiques ou apparentés) peuvent être des contre-indications à la méditation pleine conscience.

Après validation de votre inscription et en cas d'annulation de votre participation, quelqu'en soit la raison;
- avant le 1er juillet, un remboursement correspondant à 80% du prix du stage (soit 320€) sera effectué.
- à partir du 1er juillet, aucun remboursement ne sera effectué.

Pour tout renseignement vous pouvez contacter nous contacter par mail:
meditation.medecine@gmail.com

MODALITÉS D'INSCRIPTION

Pour vous inscrire à ce stage, veuillez svp :

1) Imprimer les 3 pages de ce document, et parapher chaque page,

2) Renseigner les informations en page 3, puis dater et signer svp,

3) Joindre le règlement du stage de 400 euros par chèque à l'ordre de Grégory Baptista,

4) Adresser l'ensemble par voie postale à :

Grégory BAPTISTA
Centre de Mindfulness de Montpellier
192 place Jacques Mirouze
34 000 Montpellier

NB: Il vous sera ensuite envoyé une confirmation par mail de la réception de votre bulletin d'inscription. Si vous n'avez pas de confirmation de réception de votre inscription dans les 2 semaines suivant son envoi, n'hésitez pas à nous contacter par mail pour vérifier sa bonne réception.

INFORMATIONS À COMPLÉTER

Nom :

Prénom :

Date de naissance :

Téléphone mobile :

Téléphone fixe :

Adresse email :

Adresse postale :

Avez-vous déjà pratiqué une forme de méditation auparavant ? Si oui, précisez svp.

Quelles sont vos attentes en venant participer à ce stage de méditation pleine conscience?

Date et signature: