



Atelier résidentiel

Programme complet de Méditation de Pleine Conscience (MBSR-MBCT)

Dates : du dimanche 28 avril à 16h au jeudi 2 mai 2019 à 16h. **Formateur** : Alain Facchin

Lieu : En Provence au Domaine de Petite, Rte de St Chamas 13450 GRANS. www.domainedepetite.net

Nom : Prénom :

Adresse :

Code postal : Ville :

Age : Profession :

Téléphone : Mail (obligatoire) :

Ce stage est conçu pour tous ceux qui ne peuvent suivre un programme en 8 semaines et offre la possibilité unique à tous de découvrir et vivre un programme de Mindfulness de façon intensive et immersive. Toutes les séances, thèmes et pratiques du programme de Méditation de Pleine Conscience seront abordés ainsi qu'une journée de pratiques en silence. Il est ouvert aussi bien aux personnes découvrant la Méditation de Pleine Conscience qu'à celles désirant approfondir leur pratique.

Merci d'apporter ci-dessous (ou au verso) toute précision vous concernant dont vous souhaiteriez nous informer.

Tarif A : à titre individuel et règlement personnel 490 €

Tarif B : étudiants (- de 25 ans) et demandeurs d'emploi (sur justificatifs) 380 €

Hébergement (Chambre en fonction des disponibilités) et **Repas** (en pension complète) :

Individuelle avec douche (draps, serviettes, taxes séjour et pauses inclus) 304 €

Individuelle douche commune (draps, serviettes, taxes séjour et pauses inclus) 256 €

Double avec douche (draps, serviettes, taxes séjour et pauses inclus) 272 €

Double douche commune (draps, serviettes, taxes séjour et pauses inclus) 232 €

Je m'inscris à l'Atelier de Méditation de Pleine Conscience du 28 avril au 2 mai 2019 et je règle ce jour par chèque joint à l'ordre de Mindful Gratitude 200€ d'arrhes (Le solde sera à régler sur place à l'arrivée)¹.

Date :

Signature :

Une confirmation vous sera adressée par mail pour validation de votre inscription.

Pour tout renseignement complémentaire : 06 24 01 59 65 ou par mail meditez@cogitoz.com

¹ Merci de bien vouloir noter qu'aucun remboursement d'arrhes ne pourra se faire moins de trois semaines avant la date de début de l'atelier.