



INSCRIPTION aux Journées de formation

Cocher la ou les cases correspondant à votre choix :

- **Gestion des conflits et communication en pleine conscience**
Samedi 30 novembre 2019
- **Auto-compassion et pleine conscience**
Samedi 7 décembre 2019

Prix : 90€ la journée Journées 1+2 : 160 €

Prénom : _____

Nom : _____

Téléphone : _____

Email : _____

Horaires : De 9h30 à 17h30. Accueil à partir de 9h15.

Lieu : Nantes –Les Dorides – Hexafor -1, rue Eugène Varlin 44100 Nantes

Tram : Arrêt Gare Maritime

Modalités pratiques :

Repas : Apporter son repas, ainsi que couverts, assiette...

Vêtements : Prévoir vêtements chauds et légers, chaussures d'extérieur, imperméable. Nous entrerons en chaussettes dans la salle.

Matériel : Les tapis de sol et chaises sont fournis. Venir avec de quoi recouvrir le corps (couverture ou châle), son coussin ou banc de méditation.

Modalités d'inscription : Retourner ce formulaire d'inscription complété accompagné de l'intégralité du règlement à : Hélène Filipe - 1, Chemin du calvaire - 44640 ROUANS. Nombre de places limité. Les inscriptions sont prises en compte par ordre d'arrivée dans la limite des places disponibles. Il n'y a pas de remboursement.

SIGNATURE :