



Medit'Occitane

meditoccitane@gmail.com

<https://toulouse-psy-emdr.fr/>

Alyssa Girardot

Mélissa Vidal

06.71.35.95.97

07.67.02.15.76

Fiche d'inscription MBCT: 12 janvier – 9 mars 2023

SESSION DU MATIN

NOM:

PRENOM :

Date de naissance:

Téléphone:

Mail :

Adresse:

Profession:

Quelles sont vos motivations pour ce programme de méditation ?

Comment avez-vous connu le Cabinet de la Roseraie ?

Avez-vous des problèmes de santé ? Si oui, suivez-vous un traitement médical ?

Avez-vous déjà souffert de dépression ? Si oui, quand est survenu votre dernier épisode dépressif ?

Personne à prévenir en cas d'urgences :

Méthodologie du programme

- **8 séances de 2h**
- **1 journée de pratique**
- **La pratique entre les séances** : environ 30min à 1h par jour

Dates et horaires :

- **Réunion d'information** : Le Jeudi 5 janvier de 10h à 11h.
- **8 jeudis de 10h à 12h30** :

➤Séance 1 : 12 janvier

➤Séance 2 : 19 janvier

➤Séance 3 : 26 janvier

➤ Séance 4 : 02 février

➤ Séance 5 : 9 février

➤ Séance 6 : 16 février

➤ Séance 7 : 23 février

➤ Séance 8 : 9 mars

- **Une journée de pratique** : le dimanche 19 février de 10h à 16h
- **Pratique quotidienne entre les séances**: de 30min à 1h (guidée par les enregistrements que nous vous fournirons)
- **Tarifs** (inclut les 8 séances de 2h30, la journée de pratique et le matériel pédagogique) :
 - Tarif plein : 450€
 - Tarif réduit : 400€ (*étudiants, chômeurs, minimas sociaux : sur justificatifs*)
Sauf situation exceptionnelle, il n'y aura aucun remboursement possible.
- Un chèque d'arrhes de 70€ est demandé pour valider l'inscription. Celui-ci ne sera pas encaissé, et vous sera renvoyé après la réunion. Il est à adresser à *Medit'occitane, 37 rue de Caumont, 31500 Toulouse (à l'ordre d'Alyssa Girardot)*.
- **Matériel à prévoir à chaque séance** : cahier, stylo, plaid, vêtements amples, tapis, coussin de méditation (si vous en possédez).

Je déclare avoir bien pris connaissance de toutes précisions détaillées dans cette fiche, notamment les conditions de participation et de tarif.

Date et signature :