



# L'instant d'être

Marie-Dominique Chamard

## Fiche d'inscription

# Programme MBSR

*Programme de réduction du stress basé sur la pleine conscience*

*(**M**indfulness **B**ased **S**tress **R**eduction)*

**RETOURNER les pages 2&3 de ce document**

par courrier, avec un chèque d'arrhes de **100€**,

à

**Marie-Dominique Chamard**

73, avenue Victor Hugo, 09 500 Mirepoix

[chamard.md@gmail.com](mailto:chamard.md@gmail.com)

06 12 70 11 63

[www.linstantdetre.fr](http://www.linstantdetre.fr)

# INSCRIPTION À UNE SESSION MBSR

---

## À QUELLE SESSION SOUHAITEZ-VOUS PARTICIPER ?

### Session en présentiel

*(les dates et les conditions d'animation sont susceptibles d'être modifiées, en raison de l'évolution des contraintes liées aux conditions sanitaires qui seront respectées)*

**dates :** du / / au / /

**horaires :** de à

**lieu :**

### Session en ligne

**dates :** du / / au / /

**horaires :** de à

## VOS COORDONNÉES

NOM :

---

Prénom :

---

Date de Naissance :

---

Tél portable

---

E-mail :

---

Adresse :

---

Profession :

---

## A PROPOS DE VOUS

Comment avez-vous connu le programme MBSR ?

Quelles sont vos motivations pour le programme MBSR ?

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

Je déclare avoir bien pris connaissance de toutes les précisions détaillées dans la fiche d'information ainsi qu'à la fin de la fiche d'inscription, notamment les conditions de participation, d'inscription et de tarif.

Le :

---

À :

---

Signature

Siret : 481 242 121 00038

Code TVA intracommunautaire : FR06481242121

Déclaration d'activité : enregistrée sous le numéro 73 31 07268 31 auprès du Préfet de la région Midi-Pyrénées.

Référencée DATADOCK

# LES CONDITIONS D'ENGAGEMENT ET TARIFS

---

## ENGAGEMENT DES PARTICIPANTS

- **Les participants doivent être conscients :**
  - qu'ils s'engagent dans un programme intensif et participatif ;
  - que leur assiduité est nécessaire tout le long du programme (les 8 séances et la journée de pratique) – il est possible de rattraper 1 séance rapidement sur autre session, au-delà de 2 absences, il est préférable de suivre une session ultérieure,
- **Ils doivent être prêts à :**
  - s'investir au moins 1 heure par jour dans la pratique d'entraînement quotidienne guidée;
  - intégrer la pratique de façon informelle dans leur quotidien ;
  - et compléter des documents pendant la semaine visant à soutenir le travail personnel.
- **Les participants s'engagent financièrement** (règlement de la totalité du tarif dès la 1ère séance, pas de remboursement en cas d'arrêt).

## TARIFS DES CYCLES

### TARIFS POUR LES SESSIONS EN PRÉSENTIEL :

**450€ TTC**

**450€ HT (540€ TTC)** pour toute personne récupérant la TVA via son activité professionnelle mais s'inscrivant à titre personnel).

### TARIFS POUR LES SESSIONS EN LIGNE :

**400€ TTC**

**400€HT (480€ TTC)** pour toute personne récupérant la TVA via son activité professionnelle mais s'inscrivant à titre personnel).

### TARIFS RÉDUITS : - 50€

Étudiants non-salariés, chômeurs, minimas sociaux : sur justificatifs



## TARIFS POUR LES PROFESSIONS LIBERALES & INDÉPENDANTS PRIS EN CHARGE PAR LE FIFPL :

Sous réserve de l'acceptation du dossier par l'organisme financeur. Me demander les documents spécifiques pour les communiquer au FIFPL.

**650€ TTC pour les cycles en présentiel, 600€ pour les cycles en ligne**

## TARIFS POUR LES SALARIÉS PRIS EN CHARGE PAR LEUR ENTREPRISE :

Me demander les documents si accord de l'entreprise.

- Au titre de la formation professionnelle continue : **750€ TTC pour les cycles en présentiel, 700€ TTC pour les cycles en ligne**
- Prise en charge par le budget formation de l'employeur : **750€ HT pour les cycles en présentiel, 700€ HT pour les cycles en ligne**



# LES MODALITÉS D'INSCRIPTION

---

## PARTICIPER À UNE RÉUNION D'INFORMATION

**Contactez l'intervenante par mail** (chamard.md@gmail.com) en précisant le jour et l'heure de la réunion d'information à laquelle vous souhaitez assister.

- ✓ **NB** : Pour vous inscrire définitivement au cycle de 8 semaines **vous devez être présent** à la réunion d'information en ligne ou en présentiel. Contactez l'intervenante par téléphone pour un entretien si vous ne pouvez assister à une réunion.

## S'INSCRIRE À UNE SESSION

**Compléter la fiche d'inscription** (téléchargeable sur le site) **pour réserver une place à la session elle-même, et la retourner le plus rapidement possible avec un chèque d'arrhes de 100€** à l'adresse indiquée sur la fiche d'inscription.

- ✓ **NB** : **Les arrhes** sont remboursables jusqu'à 1 semaine avant le démarrage du cycle. Elles ne seront pas remboursées si vous vous désistez moins d'1 semaine avant le démarrage du cycle.
- ✓ **NB** : **Les inscriptions** se prennent par ordre de réception de la fiche d'inscription. L'agenda du site vous indique s'il reste de la place disponible ou si le cycle est complet.

## INSCRIPTION DÉFINITIVE

Elle est **matérialisée par le versement du solde** avant la 1<sup>ère</sup> séance (pour une session en ligne) ou à la première séance au plus tard (pour les sessions en présentiel).

- ✓ **NB** : il est possible de régler le solde **en 1, 2 ou 3 mensualités** (par virement ou par chèque).
- ✓ **NB** : **Le montant du coût de la formation ne vous sera remboursé ni en partie ni en totalité en cas d'interruption de votre part, quel qu'en soit le motif.** Toute séance non effectuée peut être rattrapée lors d'une session ultérieure (en ligne ou en présentiel) à condition que la session ne soit pas complète.