



Association « Les jardins d'Oumai »
Association régie par la loi de 1901
Chez Mr et Mme Pentecôte, 17 chemin de Chelles
Bois fleuri, 77410, Claye-Souilly

Séjour « mindfulness » 2022

Réservez



Nom et Prénom :

Adresse :

Code Postal :

Ville :

Profession :

Téléphone :

E-Mail :

Choix de mon hébergement

Je souhaite être hébergé :

- | | |
|----------------------------------|-----------|
| - En chambre à deux lits séparés | 365 euros |
| - En chambre à lit double | 365 euros |
| - En dortoir | 315 euros |
| - En camping-car | 300 euros |
| - Seul dans une chambre | 485 euros |

Si vous souhaitez partager une chambre avec une ou plusieurs personnes de vos connaissances, merci de nous indiquer son nom – ou leur nom - ci-dessous :

Vous pouvez aussi nous indiquer si vous avez besoin d'une chambre accessible pour une personne à mobilité réduite.

Conditions d'annulation

Annulation de votre fait.

Il est toujours possible que des situations malencontreuses puissent arriver et vous empêcher de participer à ce séjour.

Si cela se présentait avant le 15 juin, nous vous renverrions votre engagement de 150 euros.

Si votre annulation devait se faire entre le 15 juin et le 31 juillet, nous garderions 50 euros de frais d'administration et vous renverrions un chèque de 100 euros.

Le chèque sera encaissé à partir du 01 aout.

Annulation de notre fait.

Comme toute organisation, la nôtre possède elle aussi une part d'incertitude, les deux dernières années nous l'ont appris.

Aussi nous vous suggérons tout de même de veiller à réserver vos billets avec une possibilité d'annulation.

Si jamais nous avons une insuffisance de participants, ou en cas d'annulation, nous vous tiendrions au courant de cette part d'incertitude ou de cette décision au plus tard le 20 juin.

Dans ce cas, nous vous renverrions à tous les chèques en notre possession.

Bien évidemment, cette situation a fort peu de risque de se produire 😊.

Précautions psychologiques

Si vous souffrez notamment d'un trouble dépressif, de crises d'angoisses ou de périodes de dissociation, il est important d'être bien stabilisé afin de pouvoir bénéficier correctement du stage. Si vous êtes en situation fragile, il est probable que certaines pratiques ne vous conviendront pas. En cas de doute sur ces différents aspects, il peut être utile de contacter pour plus de renseignements le Dr Pentecôte : gilles.pentecote@free.fr, en sachant qu'il ne se substituera jamais à votre médecin.

Il est tout à fait possible de venir sous traitement psychotrope, à partir du moment où celui-ci est pris au long cours (l'organisme est habitué), et surtout s'il n'altère ni la vigilance ni l'émotivité comme certains neuroleptiques. Si une diminution du traitement est désirée pendant le stage, il faudra en avoir auparavant envisagé la possibilité avec votre médecin.

Inscription

[A envoyer à Angélique Moreau,](#)
[2, Place de la Nation Charles de Gaulle - 38460 Crémieu.](#)

Je soussigné,

Je souhaite m'inscrire aux cinq jours « Séjour mindfulness 2022 » à la Pépinière
15 au 19 août 2022.

J'atteste avoir bien lu les deux pages de cette fiche d'inscription, et adhérer aux termes de son contenu.

Afin de réserver mon inscription, je vous adresse 150 Euros d'acompte à l'ordre de l'association « Les jardins d'Oumäi ». Je réglerai le solde, fonction du choix de mon hébergement, en arrivant le 15 août sur le lieu du séjour.

Fait à :

Le :

Signature :

Et maintenant si vous voulez bien, quelques questions, facultatives

Pour préparer au mieux ce stage, nous sommes curieux de mieux vous connaître, cela nous aide aussi pour l'organisation des ateliers :

1- Avez-vous l'expérience d'une pratique de Yoga, Qi Gong, relaxation, méditation ?

Si oui laquelle ?

2- Etes-vous déjà venu à un stage précédent (en quelle année ?), ou bien avez-vous déjà suivi un cycle mindfulness (MBCT ou MBSR) ?

3- Exercez-vous une fonction de thérapeute ? Et si oui laquelle ?

4- Pourriez-vous préciser en quelques lignes ce qui motive votre venue à ce séjour ?