



Programme S'éveiller à l'amour de soi

En ligne & en présentiel

CONDITIONS DE PARTICIPATION

Prérequis à l'inscription du programme « S'éveiller à l'amour de soi » Participer au choix aux propositions suivantes :

- Commander l'audio du stage du 28/06 sur le site mnsrlyon.fr ou
- Atelier découverte en ligne ou en présentiel au 7 rue Antoine de St Exupéry (place Bellecour) 69002 Lyon le lundi 13 décembre de 19h30 à 21h00.
- Si vous choisissez d'être en ligne, un court entretien téléphonique avec Nathalie est proposé pour valider votre inscription.
- Participer à l'ensemble des séances afin de récolter pleinement les fruits du programme : les huit sessions et la demi-journée de 4 heures.
- Consacrer chaque jour 15 à 30 mn à votre pratique. Une corrélation positive a été observée entre les bénéfices retirés et la régularité de la pratique quotidienne.
- Payer la somme de 300 € TTC avant le début de votre session MSC par chèque ou carte bancaire sur notre site internet sécurisé et 420 € TTC pour profession libérale.
- **Dates** : Chaque mardi du 11 janvier au 8 mars de **12h30 à 14h00** et le mardi 22 février de 12h30 à 16h30.
- **Agenda des mardis** : 11 / 18 / 25 janvier / 1 / 8 / 15 février / 1 / 8 mars 2022
- **Retraite auto-compassion** : mardi 22 février de 12h30 à 16h30.
- **Tarifs** : 300 € TTC – 350 € HT (420 € TTC) pour un indépendant / profession libérale récupérant la TVA.
- **Lieu** : En présentiel au 7, rue Antoine de St Exupéry Lyon 2 – Métro Bellecour ou chez vous en visio ou en différé à vie.



Matériel nécessaire :

- Sur place : vêtements amples et confortables. Coussins de méditation, plaid, tapis de sol et chaises (disponibles sur place). Matériel pour écouter les fichiers audio MP3.
- À domicile : Idem & un ordinateur et votre matériel pour écouter les fichiers audio MP3.
- En cas d'absence, d'arrêt partiel ou d'annulation de votre part, l'activité n'est pas remboursable, sauf pour motif médical. Pour être recevable, toute demande de remboursement doit être accompagnée de justificatifs et adressée par écrit dans les 48 heures consécutives à l'arrêt, au siège d'Eveil en Présence qui en étudie sa validité.

Beaucoup d'informations à lire avec bienveillance et curiosité pour commencer à appliquer l'autocompassion !

N'hésitez pas à me joindre au 06 86 33 54 40 – nathalie.bonhouvrier@mbsrlyon.fr

Nathalie Bonhouvrier