

COUPON D'INSCRIPTION

A renvoyer par courrier à : Association solidarité réhabilitation, 7 rue Esquiros 13010 Marseille, accompagné du règlement par chèque correspondant à vos choix.

NOM ET PRÉNOM : _____

EMAIL : _____

TÉL : _____

TARIF PLEIN

Journée d'intervention du samedi / 100 €

Demi-journée de pratique du vendredi / 50 €

CHÔMEURS, Rsa et étudiants

Journée d'intervention du samedi / 30 €

Demi-journée de pratique du vendredi / 20 €

FORMATION CONTINUE

Journée d'intervention du samedi / 200 €

Demi-journée de pratique du vendredi / 100 €

Veillez choisir le groupe d'atelier pratique du vendredi si vous souhaitez y participer :

INITIATION À LA PRATIQUE

PRÉVENTION DU STRESS PROFESSIONNEL

FACE À UNE ADDICTION

TRAVAIL SUR LES DOULEURS CHRONIQUES

PRÉVENTION DE LA RECHUTE ANXIEUSE ET DÉPRESSIVE

ATTENTION ! Les ateliers pratiques proposent des outils de prévention des risques. Ils sont contre-indiqués pour les personnes dont l'état psychique est instable. Intégrer ces groupes en état de crise (anxieuse, dépressive, addictive, etc...) pourrait aggraver votre mal-être. La pratique de la pleine-conscience n'y répondrait pas de manière curative.