

Avez-vous tous les outils ...  
pour être serein en famille ?!



## PROGRAMME

### « Serein en Famille »

Casa Yoga – 38 Bd de L'Égalité -St Gilles Croix de Vie  
Le Samedi - du 28 Sept au 14 Déc. 2024  
De 10h15 à 11h45

#### Le tarif comprend :

- Un entretien téléphonique individuel
- 15h de programme évolutif Parent & 15h de programme Enfant sur 10 séances
- Une feuille de route à la fin de chaque séance pour pratiquer dans la semaine (exercices, vidéos ..)
- Des documents reprenant les apports principaux de chaque séance (possibilité de remplir et explorer)

#### Option du règlement de 450 euros :

- Chèque à l'ordre de Ophélie FRANK à envoyer :

Mme Ophélie Frank - 9 bis rue de la broche - 85800 St Gilles Croix de vie

Possibilité de payer en 3 chèques avec encaissement en Sept / Oct / Nov 2024

- Paiement en-ligne :

<https://www.espacemeditationmbsr.fr/programme-parent-enfant-pleineconscience-autocompassion-enligne/>

*Les règlements doivent être reçus avant le début du programme.*

*Le stage est prévu pour 8 à 10 binômes parents-enfants.*

*Les inscriptions sont enregistrées en ordre de réception des paiements. Au cas où le stage est complet vous serez prévenu dès réception de votre inscription.*

#### Matériel :

- Casa Yoga offre des tapis de yoga et des chaises. Vous pouvez amener vos coussins et votre tapis de Yoga pour votre confort si vous le souhaitez.
- Pour le programme vous aurez besoin d'un crayon ! Et parfois d'une trousse de crayons de couleurs.

# Formulaire d'inscription

## « Serein en Famille »



Ce formulaire est confidentiel. N'hésitez pas à me contacter si vous avez des questions.

### Responsable de l'enfant #1 :

Nom :  
Prénom :  
Relation avec l'enfant (père – mère – autre) :  
Profession :  
Mail :  
Adresse complète :  
Téléphone :  
Situation familiale :

### Responsable de l'enfant #2 :

Nom :  
Prénom :  
Relation avec l'enfant (père – mère – autre) :  
Profession :  
Mail :  
Adresse complète (si différente) :  
Téléphone :  
Situation familiale :

### Nom du responsable de l'enfant qui sera présent aux séances :

**Si deux responsables alternèrent la présence aux séances, merci de préciser à quelle fréquence et sur quelle semaine ?**

**Quelle est votre motivation pour vous engager dans ce programme ? Vos attentes ?**

**Y a-t-il autre chose qu'il pourrait être utile d'informer votre instructeur ?**

*Je prévois à ce jour de participer au programme complet, et je comprends que ma participation à ce programme est volontaire et que je suis libre de me retirer à tout moment sans pénalité, à l'exception des frais de cours non remboursables.*

**Nom :**

**Signature :**

**Date :**

## Enfant :

Nom :  
Prénom :  
Age :  
Classe :  
Établissement scolaire :  
Situation familiale :



**Y a-t-il des frères et sœurs dans la famille ? quels âges ont-ils ?**

**Quelles sont les attentes de l'enfant dans ce programme ?**

**L'enfant a-t-il des particularités neuroatypiques dont l'instructeur aurait besoin d'être informé (dys - tsa - tda/h - hpi etc ..)**

**Y a-t-il autre chose qu'il pourrait être utile d'informer votre instructeur ?**

*Je prévois à ce jour de participer au programme complet, et je comprends que ma participation à ce programme est volontaire et que je suis libre de me retirer à tout moment sans pénalité, à l'exception des frais de cours non remboursables.*

**Nom :**

**Signature :**

**Date :**