



tiens,  
j'ai rendez-vous  
avec moi-même

Merci de joindre une photo.

## Fiche d'inscription 2021-2022



Séances collectives  
de sophrologie/méditation  
Animées par Valérie Ploumion

Nom : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

Code Postal : ..... Ville : .....

Tél : ..... Tél. portable : .....

Adresse mail : .....

A renvoyer à Valérie Ploumion - 8, rue des Volubilis - 44800 Les Sorinières OU à remettre sur place.

**JE M'INSCRIS aux séances collectives de sophrologie/méditation** (cocher la case choisie) :

**Lundi 14h30-15h30**    **Mardi : 10h30-11h30**    **Mardi : 12h30-13h30**    **Samedi : 11h-12h en visio**

• Début des cours : lundi 20 septembre 2021 / Fin des cours : lundi 13 juin 2022.

• Lieu : Maison des Association Mangin-Beaulieu - 12, rue Anatole de Monzie - 44200 NANTES.

*L'inscription annuelle donne droit à un cours collectif par semaine (sauf en période de vacances scolaires et jours fériés) - soit plus de 30 séances.*

> **Inscription annuelle** : Je verse un chèque de : **261€** ou **231€** (retraités, chômeurs, étudiants) à l'ordre de l'Association 'Action Bien-être et Équilibre'. Possibilité de régler en 3 chèques de 87€. Chèques remis à l'inscription, encaissés en octobre, novembre et décembre.

+

> **Adhésion obligatoire à l'association** : Je verse un chèque de **14 €** à l'ordre de l'Association 'Action Bien-être & Équilibre'. Ce montant comprend l'adhésion et l'assurance (chèque séparé de celui pour l'inscription).

> J'ai pris connaissance que mon engagement pour l'année 2021-2022, est définitif et ne donnera droit à aucun remboursement sauf cas de force majeure (> de 30 jours d'arrêt maladie).

> Si les séances ne peuvent pas être assurées en présentiel, elles vous seront proposées en visio (outil : Zoom). Elles ne seront donc pas remboursées.

Tout engagement devient définitif après règlement de l'adhésion et des cours et signature du règlement intérieur.

Fait à Nantes, le ..... / ..... / 20.....

Signature :

Avez-vous déjà pratiqué la sophrologie, la méditation ? Quels sont vos besoins et vos attentes ?

Vos freins : vos peurs, vos limites... :

Avez-vous des problèmes de santé, des handicaps ou des difficultés que le sophrologue doit savoir ?

Vos moteurs : des lieux, vos valeurs, des personnes, vos loisirs, des objets rassurants, ... :

# Règlement intérieur - Septembre 2021

Il est demandé à chacun d'appliquer et de respecter en tout point les dispositions de ce présent règlement. Par leur inscription, et la signature de ce document, les adhérents s'engagent à respecter ce règlement intérieur.

## Cotisation et inscription :

Les personnes adhérant aux séances collectives proposées devront remplir et signer le bulletin d'inscription ainsi que ce règlement intérieur.

Les séances collectives de sophrologie et de méditation sont réglables à l'année, sous la forme d'un règlement par chèque. Le règlement de l'adhésion et des cours est exigé en totalité en début d'année lors de l'inscription. Toute inscription est considérée comme ferme et définitive après le règlement total.

Tout règlement versé pour les séances collectives est définitivement acquis et ne donnera droit à aucun remboursement en cours d'année en cas d'interruption de la part d'un adhérent ou de radiation d'un adhérent sauf dans les cas suivants : plus de 30 jours d'arrêt maladie, mutation professionnelle - sur présentation d'un justificatif officiel.

Il n'y a pas de séances collectives pendant les vacances scolaires, les jours fériés et les ponts. Il est possible de rattraper les cours uniquement sur le trimestre concerné, en fonction des disponibilités et sur accord de l'animateur.

Si les séances qui ne peuvent pas être assurées en présentiel par le sophrologue, elles vous seront proposées en séance par visioconférence (outils : Zoom). Elles ne seront donc pas remboursées.

## Les adhérents

### Le cadre :

Les adhérents s'engagent à respecter le cadre des séances défini par le sophrologue qui guide la séance collective. Pendant les séances, il est demandé aux adhérents d'être dans une attitude de bienveillance, de non jugement et de respect de la parole de l'autre. Il est indispensable de respecter la confidentialité des vécus exprimés pendant les séances.

### Hygiène et sécurité :

Il est demandé aux adhérents de respecter impérativement les nouvelles règles sanitaires mise en place ainsi que les lieux où se déroulent les séances collectives.

Il est de la responsabilité de l'adhérent d'informer l'animatrice d'éventuels problèmes de santé (prise de médicaments, problèmes respiratoires, maux de dos, incapacités physiques, problèmes psychiatriques, handicaps...) afin de lui permettre d'adapter les exercices proposés. Un certificat médical pourra être exigé en cas de problèmes de santé.

### Ponctualité et assiduité :

Les adhérents s'engagent à être assidus et respectueux des horaires (être à l'heure) des séances collectives afin de ne pas gêner la progression de la pratique des autres participants.

En cas d'absence ou de retard au cours, l'adhérent est tenu d'avertir l'animatrice afin de ne pas pénaliser le groupe d'une attente inutile.

### Radiation :

Pourra être radié sur le champ sans aucun remboursement possible, tout adhérent ne respectant pas les conditions suivantes :

- Non-respect du règlement intérieur,
- Non-respect des règles sanitaires,
- Vol, dégradation du matériel et/ou du lieu,
- Comportement dangereux, comportements en état d'ivresse ou sous emprise de drogues ou psychotropes,
- Non-respect des autres : propos désobligeants, jugeants, racistes, antisémites et agression physique,
- Harcèlement envers les autres adhérents et l'animatrice,
- Non-respect de la laïcité.

Le présent règlement intérieur est adressé à chaque participant s'inscrivant à un cours collectif et devra être daté et signé pour confirmer son accord avec son contenu ainsi que son inscription définitive. Une copie du présent règlement sera remise à l'adhérent.

Signature :                      Nom, prénom et mention 'Lu et approuvé'

Fait à Nantes, le ..... / ..... / 20.....