# INSCRIPTION A L'ATELIER « MIEUX VIVRE LE STRESS »

Date :

Nom : Prénom :

Age : Profession :

Tel : Mail :

Avez-vous déjà fait de la sophrologie ? oui ☐ non ☐

Si oui, dans quel cadre et pendant combien de temps ?

Avez-vous déjà pratiqué une autre méthode de bien-être (yoga, méditation, qi gong, taï chi…) ?
oui ☐ non ☐

Si oui, lesquelles et pendant combien de temps ?

Qu'est-ce qui vous stresse dans votre vie ?

Quelles sont vos attentes par rapport à cet atelier ?

Comment avez-vous eu connaissance de cet atelier ?

Conditions de cet atelier :

L'atelier « Mieux vivre le stress » démarre à 9H15 précises et se déroule au Cabinet, 7 rue Rallier du Baty à Rennes. Pour réserver une place, un chèque de 35 € doit être fait à l'ordre de Catherine Héry. Ce chèque sera encaissé après la réalisation de l'atelier. En cas de désistement moins de 72 H avant le début de l'atelier, le chèque sera encaissé.

*Signature avec mention manuscrite « lu et approuvé »*