



## ***Cycle Méditation de la pleine conscience*** **sessions 2018-2019**

**Être Aujourd'hui propose un Cycle de « méditation de la pleine conscience » :**  
animé par Alain Caradot – Thérapeute et formateur

Ce cycle de formation s'étend sur six semaines. Il s'adresse à des personnes qui souhaitent s'engager dans un processus de transformation personnelle, dans une dynamique de groupe, et prêtes à s'investir dans une pratique personnelle régulière pendant la durée de la formation. Limité à 12 participants.

Information auprès d'Alain Caradot par email : **alain@caradot.fr** ou au **06 19 18 84 29**.  
Tarif : 100 euros

### **1. COORDONNEES**

Nom	Prénom
.....	.....
Adresse personnelle	.....
.....	.....
Code postal	Ville
.....	.....
Tél (fixe)	Tél.(mobile)
.....	.....
Courriel	.....
.....	.....

### **2. SESSION**

- Session 2019 : les mardis de 20h30 à 22h00 environ**  
**15, 22 et 29 janvier – 05, 12 et 19 février 2019**

### **3. ADHESION** (Elle est obligatoire pour participer aux formations)

- Mon adhésion est à jour  
 J'adhère maintenant à l'association être Aujourd'hui et je règle ma cotisation de 10€

Fait à ..... le ..... / ..... / 201...

Signature :

Inscriptions à adresser à **Alain Caradot avec un chèque d'arrhes de 50 euros - à l'ordre de Être Aujourd'hui**.  
29, rue Henri Prou – 78340 Les Clayes sous Bois