

# MEDITATION PLEINE PRESENCE

Stage d'apprentissage Mindfulness  
(Méthode Kabat Zin)

animé par F.ROMEUF & Coll.

*Pré requis obligatoire :*

*Entretien clinique : 1 h (sur RDV)*

*PRESENTATION du STAGE : mercredi 30/09/2020 (2h)*

*Déroulement du stage :*

*1) Chaque mercredi de 18h30 à 20h30 pendant 8 sem*

*SEANCE 1 : mercredi 07/10/2020*

*2) Travail personnel entre deux séances : 45 min 6j/7*

*3) Journée à distance : dim 17 janvier 2021 ; 9h17h00*

*Nombre de stagiaires max : 15 personnes*

*Lieu :*

Local ASCH Salle 3  
Hôpital la Colombière

**Tarifs**

**Professionnels CHU et étudiants IFMS : 200 €**

**Autres : 350 €**

F. ROMEUF

Instructrice Mindfulness certifiée IFTBM Nancy

06 65 46 02 94

