PROGRAMA

“CURSO BREVE DE MINDFULNESS Y AUTO-COMPASIÓN (SC-MSC)”

FICHA DE INSCRIPCIÓN

Para reservar plaza en este curso, rellena la ficha que se muestra debajo y envíala por e-mail a formacion@ahoramindfulness.es. Como las plazas son limitadas se reservarán por riguroso orden de inscripción, **tomando como referencia la fecha de pago de la matrícula y no la fecha de envío de esta solicitud.**

 ***Del 16 de noviembre al 21 de diciembre de 2023***

|  |
| --- |
| **FICHA DE INSCRIPCIÓN**  |
| **NOMBRE Y APELLIDOS:** |  |
| **Fecha de nacimiento:** |  |
| **TELÉFONO: DNI:** |
| **DIRECCIÓN E-MAIL:** |
| **PROFESIÓN/TITULACIÓN:**  |  |
| **DIRECCIÓN COMPLETA:** |  |
| **¿Has participado previamente en un curso MSC un otro programa de Mindfulness?** | **Si es así, por favor indícanos el lugar y la fecha de celebración del curso MSC en el que participaste.** |
|  **INVERSIÓN (Subrayar lo que proceda)**El precio incluye: Formación completa en las fechas señaladas, manual de trabajo del alumno, grabaciones en audio de las prácticas realizadas, y certificado del curso. | **Hasta el 3 de noviembre: 110€** **A partir del 4 de noviembre: 130 €** **Modalidad:** **Online Presencial** |
| **¿Cómo te ha llegado la información del curso?** |  |
| **Fecha de Inscripción:****Deseo recibir información de próximas actividades:** | Si No |

En cumplimiento de lo establecido en el Reglamento General de Protección de Datos (UE) 2016/679 del Parlamento Europeo y del Consejo, de 27 de abril de 2016, relativo a la protección de datos personales y la libre circulación de los mismos, le comunicamos que los datos que usted nos facilite quedarán incorporados y serán tratados en los ficheros titularidad de Oscar Martínez Zulueta con el fin de poderle prestar nuestros servicios, así como para mantenerle informado sobre cuestiones relativas a la actividad de la empresa. Oscar Martínez Zulueta se compromete a tratar de forma confidencial los datos de carácter personal facilitados y a no comunicar o ceder dicha información a terceros. De acuerdo con dicha Ley, tiene derecho a ejercer los derechos de acceso, rectificación, cancelación, limitación, oposición y portabilidad de manera gratuita mediante correo electrónico a info@ahoramindfulness.es o bien en la dirección Rioja 11, 4 ofic.3 01005 Vitoria-Gasteiz.

**Forma de pago y Procedimiento de Inscripción:**

1. Una vez se revise esta ficha, junto con la encuesta que va debajo, y la existencia de plazas libres, te será comunicada tu admisión por correo electrónico.
2. Cuando recibas dicha comunicación, podrás formalizar tu plaza y hacerla efectiva, ingresando 60 euros en concepto de reserva de plaza, en la cuenta bancaria **ES69 2095 3150 2010 9377 8065** en concepto: **CURSO SC-MSC 23 + tu nombre y apellido.** El resto del importe se abonará o bien por transferencia antes del curso, o en efectivo al comienzo del curso.
3. Rogamos nos adjuntes por correo electrónico a formacion@ahoramindfulness.es copia del justificante del ingreso escaneado y en el que conste tu nombre.
4. **POLÍTICA DE CANCELACIONES**:
* Si se produce la suspensión del curso por nuestra causa, se devolverá íntegro el importe abonado, sea en la fecha que sea.
* Se devolverá el importe abonado, cuando el alumno/a cancele la formación más de un mes antes de comenzar la formación.
* Se devolverá el 50% del importe abonado cuando la cancelación por parte del alumno/a tenga lugar entre un mes y 15 días antes del inicio de la formación.
* Si la cancelación se solicita en los 15 antes del inicio de la actividad o durante la misma, no se realizará devolución del pago del curso, salvo causas de fuerza mayor como enfermedad grave o accidente, debidamente justificadas. Si ya se ha asistido a algunas clases se hará sólo la devolución parcial del % de curso que quede pendiente de recibir.
* Únicamente aceptaremos cancelaciones por escrito (enviadas por correo electrónico o certificado postal)

Muchas gracias por tu comprensión ☺

**Para conocerte y servirte mejor, te pedimos por favor que respondas brevemente a las preguntas que te formulamos, siguiendo el modelo oficial de inscripción del MSC.**

*AVISO IMPORTANTE: Recuerda que no es en absoluto indispensable tener experiencia previa en Mindfulness. Este programa da la bienvenida a todos/as aquellos/as que quieran participar y no se necesita tener conocimientos previos.*

*A continuación te vamos a hacer unas preguntas para considerar tu participación en el curso de forma que podamos despejar dudas sobre si se ajusta a lo que estás buscando, que lo puedas aprovechar lo mejor posible y podamos acompañarte bien durante las sesiones. Esta información será tratada de forma confidencial y solo será leída por los instructores del curso. Si te sientes incómodo/a contestando alguna de las preguntas, por favor déjalo anotado junto al enunciado. Siempre está la opción de tener una entrevista privada antes del comienzo del curso.*

1.- ¿Por qué estás interesado en participar en este programa? ¿Qué esperas obtener? *(Recuerda que el MSC está diseñado para el desarrollo personal y la adquisición de recursos para tratar con las emociones dolorosas)*

2.- ¿Realizas una práctica regular de meditación o mindfulness? Si es así, ¿qué tipo de meditación y cuántos años llevas practicando?

3.- ¿Cuál ha sido tu trayectoria y formación en Mindfulness? *(*brevemente: *cursos a los que has asistido, libros que te han gustado…)*

4.- ¿Cómo describirías tu salud física en este momento?

5.- ¿Estás en la actualidad o has estado en algún momento de tu vida en tratamiento por algún problema o condición física, emocional o mental que sería conveniente que conociéramos y tuviéramos en cuenta?

6.- ¿Estás tomando alguna medicación en este momento, que debamos tener en cuenta, debido a sus efectos?

7.- ¿Hay algo más que sería útil que supiésemos los instructores antes de empezar el curso?

8.- ¿Algún otro comentario?

NOMBRE: FIRMA:

MUCHAS GRACIAS POR EL TIEMPO EMPLEADO EN RELLENAR ESTA FICHA

ESPERAMOS DARTE PRONTO NUESTRA MÁS CÁLIDA BIENVENIDA AL CURSO MSC