PROGRAMA RENOVADO

“MINDFULNESS Y AUTO-COMPASIÓN (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.**

***Bilbao Del 22 al 25 de julio de 2023***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **FICHA DE INSCRIPCIÓN** | | |
| NOMBRE Y APELLIDOS: |  | |
| **DNI** |  | |
| **TELÉFONO 1: TELÉFONO 2:** | | |
| **DIRECCIÓN E-MAIL:** | | |
| **PROFESIÓN/TITULACIÓN:** | |  |
| DIRECCIÓN COMPLETA: | |  |
| **¿Has participado previamente en un curso MSC?** | | **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 mp3, coffee breaks y certificado válido para itinerario oficial | | **Hasta el 31 de mayo de 2023: 350 €**    **A partir del 1 de junio de 2023: 395 €**  **Antiguos alumnos del MSC: 250 €** |
| **ALOJAMIENTO: (Subrayar lo que proceda)** | | **Deseo alojarme en el lugar de impartición desde el viernes hasta el lunes en pensión completa. 150€**  **Deseo comer el sábado. 20€**  **Deseo comer el domingo. 20€**  **Deseo comer el lunes. 20€**  **No necesito ni alojamiento ni comidas.** |
| **Fecha de Inscripción:** | |  |
| Deseo recibir información de próximas actividades (subryarar lo que proceda) | | SI No |

**Forma de pago, Procedimiento de Inscripción y Política de Cancelación:**

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. Las personas que deseen alojarse en régimen de pensión completa tendrán preferencia sobre el resto.
2. Cuando recibas dicha comunicación, podrás formalizar tu plaza y hacerla efectiva, ingresando 110 euros en concepto de reserva de plaza, en la cuenta bancaria ES69 2095 3150 2010 9377 8065 En concepto: **MSC** **nombre y apellido.** El resto del importe se abonará o bien por transferencia antes del curso, o en efectivo al comienzo del curso. Para los que vayan a alojarse o comer en el centro, el pago del alojamiento o comidas se hará en mano al comenzar el curso.
3. Rogamos nos adjuntes por correo electrónico a [formacion@ahoramindfulness.es](mailto: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 total abonado, cuando el alumno/a cancele la formación un mínimo 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 30 y 15 días antes del inicio de la formación.
* Si la cancelación se solicita dentro de 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 aquellos 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?

8.- ¿Algún otro comentario?

AL INSCRIBIRME EN ESTE CURSO DECLARO ESTAR INFORMADO Y ENTIENDO QUE:

* En el supuesto de que en el inicio de la formación o durante la misma me encuentre o inicie un proceso de psicoterapia, o cualquier intervención psicológica, con un psicólogo o psiquiatría colegiado y /o terapeuta, me comprometo a informar tanto al instructor de Mindfulness del centro arriba mencionado, así como al psicólogo, psiquiatra y/o terapeuta que esté dirigiendo mi tratamiento. Entiendo que la realización de este programa no supone ningún sustitutivo de un tratamiento médico y/o psicológico. Si estoy tomando medicamentos de cualquier tipo bajo receta debo seguir tomándolos bajo prescripción médica. El inicio del programa no supone la suspensión de cualquier otro tipo de tratamiento farmacológico prescrito.
* Entiendo que MSC es un programa de entrenamiento de habilidades de compasión, no terapia grupal. MSC está diseñado para enseñar a los participantes las herramientas necesarias para desarrollar y cultivar una práctica de mindfulness y autocompasión. Entiendo que MSC no sustituye la terapia personal.
* Entiendo que no se espera que los profesores puedan brindar atención médica ni psicológica.
* Cualquier coste incurrido por servicios relativos a mi salud es mi responsabilidad y no la responsabilidad del profesor ni de la organización del curso.
* También entiendo que la participación en MSC es criterio de los profesores en todo momento. Si, en opinión de los profesores, no puedo seguir participando productivamente en el curso, se me puede pedir que me vaya.

NOMBRE: FIRMA:

MUCHAS GRACIAS POR EL TIEMPO EMPLEADO EN RELLENAR ESTA FICHA

ESPERAMOS DARTE PRONTO NUESTRA MÁS CÁLIDA BIENVENIDA AL CURSO MSC

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.