

El Programa de entrenamiento Mindfulness-MBSR 8 semanas (30 horas) tiene plazas limitadas (10-20 plazas) para reservar plaza explico los pasos:

1. Enviar un mail a yolanda@yolandacuevas.es
2. Contestaré resolviendo cualquier duda, y facilitándote el número de cuenta donde se ingresa la señal de 100 euros, y el enlace para que te inscribas a la sesión orientativa. Es obligatoria si haces el programa, aunque está abierta a cualquier persona interesada, según disponibilidad de la sala.
3. Necesitaré la confirmación del ingreso vía mail y con ello ya formarás parte de la lista de participantes.
4. Enviaré un mail con un formulario y un cuestionario y valoraré si hay algún impedimento para que realices este Programa de entrenamiento en Mindfulness-MBSR. Si es así, te explicaré los motivos previa cita personalizada, y si no es posible por tú parte, vía mail o telefónicamente. Y procederé a la devolución de cualquier importe ingresado.
5. El resto de la matrícula, 300 euros, se abona como tarde una semana antes del comienzo del entrenamiento.
6. Política de cancelación: Con una antelación mínima de 5 días se devolverá el importe del programa, excepto la señal de la inscripción. De este modo la organización puede avisar a la siguiente persona de la lista de espera.
7. Se ruega puntualidad en las instalaciones donde se desarrolla el programa, Ibercaja Patio de la Infanta, C/San Ignacio de Loyola, 16 Zaragoza y venir con ropa cómoda.
8. Se entregará un certificado de asistencia el último día a los participantes que asistan al menos a 6 sesiones, incluido el día de retiro y la última sesión.
9. La factura se entregará vía mail una vez finalizado el programa.
10. Una vez finalizado el Programa de entrenamiento Mindfulness-MBSR, os enviaré información de grupos para la práctica tras el programa, retiros e información de interés.

Yolanda Cuevas Ayneto
Psicóloga de la Salud y el Deporte
Máster en Psicología Clínica y Salud
Instructora Acreditada del Programa MBSR
(Reducción del Estrés Basado en Mindfulness)
www.yolandacuevas.es