**Inschrijvingsformulier Mindfulnesstraining**

Om u aan te melden voor de Mindfulnesstraining vult u het onderstaande formulier in en mailt u dit aan [martine.schrage@scarlet.be](mailto:martine.schrage@scarlet.be)

De administratieve gegevens op dit formulier worden gebruikt om zo nodig facturen op te maken en om je op de hoogte te houden van trainingen en vervolgactiviteiten. Ze zijn louter voor intern gebruik en worden niet doorgegeven aan derden. Je kan je gegevens steeds opvragen, laten verwijderen of aanpassen.

De persoonlijke informatie is strikt vertrouwelijk en wordt niet doorgegeven aan derden, vul hier enkel in wat je kwijt wil, laat de vakjes gewoon open als je liever niet antwoordt.

Mindfulness vervangt geen medische of psychologische hulp maar is een waardevolle vaardigheid die je leert omgaan met stress en moeilijke dingen in het leven.

|  |  |
| --- | --- |
| Naam en voornaam  Geboortedatum  Adres: straatnaam en huisnummer  Postcode en gemeente  Telefoon  E-mail |  |
| Wenst u op de hoogte gehouden te worden van terugkomdagen?   JA  NEE | |
| Waarom wil je graag de training volgen? |  |
| Ben je verwezen? Door wie?  Op welke manier heb je de training gevonden? |  |
| Wat is je werk- en gezinssituatie? |  |
| Is er iets wat ik best op voorhand over je weet?  Heb je bv psychische problemen, ziektes, ernstige gebeurtenissen in je leven die je parten spelen, trauma’s, … |  |
| Heb je specifieke noden? |  |
| Tot slot: mindfulnesstraining vraagt een grote eigen inzet. Het echte leren gebeurt tijdens het dagelijkse oefenen thuis. Reken tijdens de training op drie kwartier thuis oefenen per dag. Mindfulness is nu eenmaal een vaardigheid is die je leert door te oefenen.  Kunt u zich hiertoe verbinden? | |
| *Nadat je dit ingevulde inschrijvingsformulier doorgemaild hebt naar* [*martine.schrage@scarlet.be*](mailto:martine.schrage@scarlet.be)*, ontvang je een betaaluitnodiging. Na ontvangst van je betaling is je inschrijving definitief.* | |
| Als je een factuur wenst, dan kan je dat hier aangeven: JA NEE Noteer hier je facturatiegegevens *als ze anders zijn dan boven vermeld*:  Indien nodig ook ondernemingsnummer: | |