

### INSCRIPTION AU FORUM

**Les places étant limitées, l'inscription est obligatoire**  
**Formulaire à retourner au plus tard le 15 novembre 2022**

A l'adresse suivante : **MSA Services POITOU – 37 Rue du Touffenet – 86000 POITIERS**

Je m'inscris pour le forum du :  Mardi 22 novembre à Dangé Saint Romain  
 Jeudi 24 novembre à Vouillé

M.  Mme Nom : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

Téléphone : ..... Mail : .....

Date de naissance : ..... Caisse de retraite : .....

Je serai accompagné(e) de ..... personne(s) :

Nom : ..... Prénom : ..... Date de naissance : .....

Adresse : .....

Téléphone : ..... Mail : .....

Nom : ..... Prénom : ..... Date de naissance : .....

Adresse : .....

Téléphone : ..... Mail : .....

Nom : ..... Prénom : ..... Date de naissance : .....

Adresse : .....

Téléphone : ..... Mail : .....

### RESERVATION DU REPAS

Je déjeunerai sur place, et réserve ..... repas : ..... X 10 € : ..... €

**La réservation sera effective si elle est accompagnée du règlement par chèque, à l'ordre de MSA Services POITOU.** Les annulations 3 jours avant le forum ne seront pas remboursées.

Des **photos** peuvent être prises pendant ces journées, celles-ci peuvent ensuite apparaître sur notre site Internet, ou dans les journaux. Les personnes qui ne souhaitent pas que leur image soit utilisée doivent le signaler :

Je refuse que mon image soit utilisée

J'autorise MSA Services Poitou à m'envoyer des informations par courriel et/ou SMS

Le ..... à

Signature

## Réservation pour les ateliers de suite « Vitalité » et « Cap Bien Être »

Les places étant limitées, l'inscription est obligatoire  
Formulaire à retourner au plus tard le **15 novembre 2022**

A l'adresse suivante : MSA Services POITOU – 37 Rue du Touffenet – 86000 POITIERS

### Pour les personnes qui participeront au forum « CAP Bien Être »

MSA Services Poitou vous propose de participer gratuitement à 2 ateliers différents en petits groupes pour améliorer votre qualité de vie et préserver votre capital santé.

Je m'inscris à l'atelier ou aux ateliers suivants (cocher la case du ou des ateliers qui vous intéressent) :

**Un atelier « Vitalité » en 6 séances de 2h30** : pour prendre soin de soi et acquérir des bons réflexes au quotidien. Il faut participer aux 6 séances qui sont complémentaires.

A Antran, les vendredis 9 et 16 décembre 2022 ; 6, 13, 20 et 27 janvier 2023 de 9h à 11h30

Ou

A Antran, les vendredis 6, 13, 20, 27 janvier ; 6 et 10 février 2023 de 13h30 à 16h00

Ou

A Vouillé, les lundis 12 et 19 décembre 2022 ; mardi 3 janvier et lundis 9, 16 et 23 janvier 2023 de 9h30 à 12h

Ou

A Ayron, les lundis 9, 16, 23 et 30 janvier ; 6 et 20 février 2023 de 14h à 16h30.

**Un atelier « CAP Bien Être » en 4 séances de 2h45 et un entretien téléphonique de bilan** : pour apprendre à gérer son stress et ses émotions. Il faut participer aux 4 séances qui sont complémentaires.

A Antran, le mercredi 14 décembre 2022 ; les jeudis 5, 12, et 19 janvier 2023 de 13h30 à 16h15

Ou

A Antran, les jeudis 19 et 26 janvier ; 2, et 9 février 2023 de 09h30 à 12h15

Ou

A Ayron, les jeudis 8, 14 décembre 2022 ; 5 et 12 janvier 2023 de 14h à 16h45

Ou

A Vouillé, les mardis 17, 24, 31 janvier et 7 février 2023 de 14h à 16h45

Compte tenu du nombre de places limitées, l'inscription se fera dans l'ordre de réception des bulletins.  
Vous recevrez une confirmation d'inscription le jour du forum avec l'adresse du lieu des ateliers.

M.  Mme Nom : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

Téléphone : ..... Mail : .....

Date de naissance : ..... Caisse de retraite : .....

Je m'engage à participer à l'ensemble des séances auxquelles je m'inscris et à respecter les règles sanitaires en vigueur, notamment à venir avec un masque et à présenter un « pass sanitaire » le cas échéant.

Le ..... à .....

Signature