

# FICHE INSCRIPTION 2024 - STAGE JEUNE BUCHINGER



- Stage du samedi 22/06 à 16h au vendredi 28/06 à 14h
- Stage du samedi 07/09 à 16h au vendredi 13/09 à 14h
- Stage du samedi 21/09 à 16h au vendredi 27/09 à 14h
- Stage du samedi 19/10 à 16h au vendredi 25/10 à 14h
- Stage du samedi 26/10 à 16h au vendredi 01/11 à 14h

Votre Prénom

Email

Genre

Tel portable

Avez-vous déjà jeûné.e?  OUI  NON

Acceptez-vous d'être intégré.e au groupe Whatsapp?  OUI  NON

Pouvez-vous me donner votre poids ?  en kg

Votre taille?  en cm

Si vous êtes sous un ou des traitement(s) médicaux pour une ou plusieurs pathologie(s) suivante(s), **MERCI DE L'INDIQUER CI DESSOUS**. Et dans ce cas je vous demande de joindre **UN CERTIFICAT MEDICAL** compte tenu de votre ou vos pathologie(s), attestant la possibilité de participer à un stage d'une semaine de jeûne et randonnée.

## CHARTRE "Jeûne et randonnée"®

**Art 1 :** Les séjours certifiés FFJR sont libres de toute appartenance politique, partisane ou religieuse.

**Art 2 :** La FFJR propose des séjours de jeûne diététique de type Buchinger (eau 1.5l/jour, tisanes, bouillons filtrés et jus de fruits ou de légumes et de légumes dilués) de 7 jours ou moins, associés à la marche à pied dans la nature comme activité principale.

**Art 3 :** Les séjours certifiés FFJR s'adressent à des personnes majeures en bonne santé (qui ne nécessitent pas de prise en charge médicale).

**Art 4 :** Les Accompagnateurs de Jeûne certifiés FFJR assurent un encadrement qualifié aussi bien pour le jeûne que pour la randonnée.

**Art 5 :** Les Accompagnateurs de Jeûne certifiés FFJR mettent à disposition de tous des informations concernant le jeûne, l'alimentation et l'hygiène de vie.

**Art 6 :** Les Accompagnateurs de Jeûne certifiés FFJR utilisent des produits naturels, biologiques et locaux, et propose un stage sans alcool/tabac/drogue.

**Art 7 :** Les Accompagnateurs de Jeûne certifiés FFJR appliquent les règles élémentaires de bienveillance, discrétion et du devoir de réserve.

**Art 8 :** La FFJR porte une démarche de Contrôle Qualité : Les Accompagnateurs de Jeûne certifiés FFJR s'engagent à mettre à disposition le Questionnaire Qualité auprès de tous les jeûneurs lors de chaque séjour.

## VOS ENGAGEMENTS dans une démarche libre et volontaire

**J'atteste être en mesure de marcher** au minimum 3 heures par jour, être en bonne santé et je m'engage à assurer mes responsabilités personnelles et en groupe.

**Je confirme mes déclarations sincères et véritables** et dégage Rozen Legrand de toute responsabilité à ce sujet.

**Je m'engage** également à avertir de **tout changement de situation** sur ma santé pouvant survenir avant le séjour.

**Si je suis sous traitement médical pour une pathologie, je fournis obligatoirement** un certificat médical attestant la possibilité de participer à un stage d'une semaine de jeûne et randonnée.

**J'ai bien pris connaissance des modalités d'annulation de mon séjour** sur le site JEUNER SOUS LE CEDRE.

**J'ai bien pris connaissance des contre-indications du jeûne** suivantes : Affection coronarienne avancée / Amaigrissement extrême / Troubles du comportement alimentaire (anorexie et boulimie) / Artériosclérose cérébrale avancée / Diabète type 1 / Décollement de la rétine / Grossesse ou allaitement / Hyperthyroïdie décompensée / Insuffisance hépatique / Insuffisance rénale / Maladie tumorale / Maladie auto-immune / Sclérose en plaques / Ulcère de l'estomac ou du duodénum.

## LES HEBERGEMENTS

Le prix s'entend par chambre (la chambre peut être occupée par 2 personnes).

Merci de régler **par virement** des arrhes de réservation qui correspondent au prix de la chambre, ceci me permet de réserver votre place.

RIB "Jeuner sous Le Cèdre" : FR76 1680 7001 6732 5439 3821 527  
BIC: CCBPFRPPGRE

Merci de cocher votre choix	Prix/sem	
Chalet indépendant (douche et WC privé)	370 €	<input type="checkbox"/>
Suite parentale (douche et WC privé - sauna partagé)	270 €	<input type="checkbox"/>
Chambre verte (douche et WC commun - côté cour)	200 €	<input type="checkbox"/>
Chambre Lacanau (douche et WC commun - côté cour)	200 €	<input type="checkbox"/>
Chambre couleur (douche et WC commun - côté jardin)	200 €	<input type="checkbox"/>
Emplacement Van-Camping-car-Tente	50 €	<input type="checkbox"/> par personne

## LA CURE

La cure est à régler sur place à votre arrivée: **300 €**

### Elle inclut :

<input checked="" type="checkbox"/> L'accompagnement avant le stage	L'accès au bol d'air Jacquier	<input checked="" type="checkbox"/>
<input checked="" type="checkbox"/> L'encadrement tout au long du jeûne	Les randonnées accompagnées	<input checked="" type="checkbox"/>
<input checked="" type="checkbox"/> Le réveil musculaire quotidien	Le repas de reprise alimentaire	<input checked="" type="checkbox"/>
<input checked="" type="checkbox"/> Les causeries et les ateliers	Les transferts aller et retour à la gare TGV (1 passage groupé)	<input checked="" type="checkbox"/>
<input checked="" type="checkbox"/> Les jus du matin à l'extracteur, le bouillon, les infusions		

## PRESTATIONS proposées en SUPPLEMENT durant le séjour

L'idéal est de réserver aujourd'hui afin de bloquer les créneaux avec Emilie, Elodie, Corinne, Véronique, Bérénice et/ou Christelle.

	Prix	
<b>Bilan Naturopathique avec Emilie</b>	55 €	<input type="checkbox"/>
<b>Massage avec Elodie:</b>		
Drainage lymphatique et circulatoire des jambes 50mn	45 €	<input type="checkbox"/>
Massage Californien 1h15	65 €	<input type="checkbox"/>
Massage Balinais 1h15	65 €	<input type="checkbox"/>
<b>Massage avec Corinne:</b>		
Réflexologie plantaire 1h	55 €	<input type="checkbox"/>
<b>Massage avec Véronique:</b>		
Massage du ventre Chi Nei Tsang 1h15	70 €	<input type="checkbox"/>
Drainage lymphatique du ventre méthode du docteur Vodder 30 mn	30 €	<input type="checkbox"/>
Massage tête et coup Shiroshampi 45 mn	50 €	<input type="checkbox"/>
Massage du visage Kobido 30 mn	30 €	<input type="checkbox"/>
<b>Massage avec Bérénice</b>		
Massage assis 20 min	25 €	<input type="checkbox"/>
Massage assis 15 min	20 €	<input type="checkbox"/>
<b>... Séances de Yoga avec Christelle</b>	10 €	<input type="checkbox"/> par séance/personne



Fait à:

Le:

Signature: