



Formulaire d'inscription

Offrez-vous une parenthèse hors du temps, un doux voyage intérieur et une expérience unique à la ferme de Ferooz

Prénom: _____ Nom: _____

Adresse: _____

Code postal: _____ Ville: _____

Email: _____

N° de téléphone : _____

Coordonnées d'un contact d'urgence: _____

Je souhaite m'inscrire au stage

- ☐ Du samedi 9 au vendredi 15 janvier 2027
- ☐ Du samedi 13 au vendredi 19 mars 2027
- ☐ Du samedi 24 au vendredi 30 avril 2027
- ☐ Du samedi 5 au vendredi 11 juin 2027
- ☐ Du samedi 9 au vendredi 15 octobre 2027
- ☐ Du samedi 20 au vendredi 26 novembre 2027

Age, taille et poids:

Avez-vous déjà jeûné plus de 3 jours ? Comment cela s'est-il passé ?

Suivez-vous un traitement médical ? Si oui, lequel ?

Si vous avez souffert d'une pathologie importante ou suivi un traitement médical significatif, nous vous demanderons de fournir un certificat médical attestant de votre aptitude à participer au séjour.



Formulaire d'inscription

Offrez-vous une parenthèse hors du temps, un doux voyage intérieur et une expérience unique à la ferme de Ferooz

Une chanson sur laquelle j'aime danser : _____

Comment avez-vous connu Jeûner pour s'aimer ? _____

Le stage d'une semaine à la ferme de Ferooz inclut :

- l'hébergement (chambre partagée de 2 personnes, salle de bains/douche et WC privés), le linge de maison est prévu,
- l'encadrement quotidien pendant le jeûne, y compris une présence la nuit,
- les jus de légumes et de fruits bio le matin,
- les tisanes et les eaux aromatisées à disposition toute la journée,
- le bouillon du soir,
- les randonnées,
- le repas de reprise alimentaire le vendredi midi,
- les sessions d'éveil musculaire (yoga, Pilates, gym douce...),
- les ateliers ou conférences du soir (y compris éventuelle méditation),
- le suivi par email avant et après le jeûne avec protocole pour la descente et la reprise alimentaire.

Veuillez confirmer votre réservation:

☐ 850€ : Stage de jeûne et randonnée selon la méthode Buchinger

☐ +200€ : Chambre individuelle

☐ +100€ : Monodiète en remplacement du jeûne de Buchinger

☐ +100€ : box repas avec ingrédients et recettes pour 3 jours de remontée alimentaire à la fin du séjour (du vendredi soir au dimanche soir)

☐ Je suis intéressée par un ou plusieurs soins durant le séjour (massage, réflexologie, esthétique). Ces soins seront réservés à l'avance par email (infos à suivre) et payés sur place.

Le stage commence le samedi à partir de 17h et se termine le vendredi à 13h. Il vous est demandé d'arriver le samedi entre 16h30 et 18h.



Formulaire d'inscription

Offrez-vous une parenthèse hors du temps, un doux voyage intérieur et une expérience unique à la ferme de Ferooz

Paielements :

Les paielements se font par virement sur le compte BE57 1431 1308 5735.

- Au moment de l'inscription : un acompte de 100 € et le renvoi du formulaire d'inscription permettent de valider la réservation ;
- 2 mois avant le début du stage : un complément de 300€ ;
- 2 semaines avant le début du stage : le solde (à calculer selon les options choisies à l'inscription).

En cas de désistement de votre part :

Une annulation par écrit est nécessaire pour annuler la réservation.

- A moins de 1 mois du début du stage, l'acompte sera perdu.
- A plus de 1 mois, seul 40€ sera retenu pour frais administratifs, le reste de l'acompte (360€) sera remboursé.
- Tout stage commencé est dû dans sa totalité. Le solde est à régler 2 semaines avant le début de stage.

Annulation du stage

En dessous de 4 personnes inscrites au stage, Jeûner pour s'aimer se réserve le droit d'annuler le séjour, sous réserve de vous en informer par téléphone et par écrit. L'acompte sera intégralement remboursé.

Informations supplémentaires

Il est fortement déconseillé de fumer (cigarette et cigarette électronique) et interdit de boire de l'alcool. Un coin fumeur pourrait être situé à l'extérieur, dans la cour de la ferme.

Les animaux domestiques ne sont pas autorisés.

Le jeûne et la monodiète sont destinés aux personnes en bonne santé. Ces pratiques sont toutefois formellement contre-indiquées dans les situations suivantes : amaigrissement important, anorexie, hyperthyroïdie décompensée, artériosclérose cérébrale avancée, insuffisance hépatique ou rénale sévère, grossesse ou allaitement, dépendances, ulcère de l'estomac ou du duodénum, affections coronariennes avancées, décollement de la rétine récent, troubles psychotiques, diabète de type 1, ainsi qu'en cas de traitement allopathique sans avis médical préalable.

Jeunerpoursaimer@mailo.com



Formulaire d'inscription

Offrez-vous une parenthèse hors du temps, un doux voyage intérieur et une expérience unique à la ferme de Ferooz

Vos engagements

- ☐ J'atteste avoir pris connaissance et approuvé les conditions d'annulation et de désistement pour le stage.
Je déclare être en bonne santé et être en mesure de pouvoir
- ☐ effectuer plusieurs heures de marche par jour, avoir été informé des risques et contre-indications de cette semaine de jeûne et randonnées et les accepter en connaissance de cause.
- ☐ Si je suis un traitement médical, je joins un certificat médical attestant de ma capacité à participer à cette semaine de jeûne.
- ☐ Je déclare assumer mes responsabilités personnelles et en groupe. Je m'engage également à avertir tout changement de situation sur ma santé pouvant survenir avant le séjour.
- ☐ J'accepte de faire partie d'un groupe What's app avec les autres jeûneurs du stage.
- ☐ En soumettant ce formulaire, j'accepte que mes données personnelles soient collectées et traitées conformément à la politique de confidentialité en vigueur. Je reconnais avoir pris connaissance de cette politique et accepter les conditions relatives à la protection de mes données personnelles.

Nous ferons de notre mieux pour répondre à vos attentes pendant le stage. Dans ce but, n'hésitez pas à nous dire ce que vous attendez de ce séjour :

Lu et approuvé par

A

Le

Signature:



Formulaire d'inscription

Offrez-vous une parenthèse hors du temps, un doux voyage intérieur et une expérience unique à la ferme de Ferooz

Adresse : ferme de Ferooz, Chemin Sainte-Anne 1, 5030 Beuzet, Belgique

LE CONTENU DE VOS BAGAGES INDISPENSABLE

- une paire de chaussures de randonnée
- une paire de chaussures confortables
- des pantoufles ou chaussons pour l'intérieur
- une veste de randonnée
- un petit sac à dos de 10 à 20 litres
- une gourde
- une veste, imperméable ou coupe-vent (selon la saison)
- Des vêtements chauds (on a tendance à avoir froid en jeûnant)
- Un maillot de bain pour le sauna
- un gant de crin pour le brossage à sec de la peau
- une bouillotte
- un tapis de sol ou tapis de yoga
- un plaid ou couverture
- des lunettes de soleil et de la crème solaire (selon la saison)
- un chapeau ou une casquette ou un bonnet (selon la saison)
- une tenue confortable pour l'éveil musculaire (type tenue de yoga)
- des pansements double peau
- protections féminines pour les femmes (même si ce n'est pas la période, le jeûne peut les déclencher)
- des bouchons d'oreilles
- Un carnet et de quoi écrire (prise de notes pendant les conférences et les ateliers de développement personnel)
- tout ce qui pourra agrémenter vos moments de détente et de temps libre (livres, matériel de dessin, de broderie ou de peinture, musique, écouteurs, etc.).

Le stage commence le samedi à partir de 17h et se termine le vendredi à 13h. Il vous est demandé d'arriver le samedi entre 16h30 et 18h.