

# Formulaire d'inscription *D'Âme et de Nature*

Je souhaite participer au séjour D'Âme et de Nature se déroulant :

Du dimanche ...../...../2026 au samedi ...../...../2026

## 1. Coordonnées et informations personnelles

Nom : .....

Prénom : .....

Je suis :    une femme    un homme

Adresse, code postal et ville :

.....

Pays : .....

Téléphone : .....

Portable : .....

Adresse email : .....

Personne à prévenir en cas d'urgence et numéro de téléphone :

Nom : .....

Contact tél : .....

C'est mon premier jeûne

J'ai déjà jeûné, je précise le cadre et la durée :

.....

Je suis sous traitement médical pour la/les pathologie(s) suivante(s) :

.....

*Le cas échéant, joignez un certificat médical attestant de la possibilité de participer au séjour*

J'ai connu les séjours d'Âme et de Nature via :

Le site officiel de la FFJR

Le bouche à oreille

Une recherche internet

## 2. Le séjour de jeûne et randonnée

Assurez-vous au préalable d'avoir eu la confirmation de Pascale de la disponibilité de votre chambre lors de votre premier contact téléphonique.

Je choisis l'option suivante :

Séjour en chambre partagée

Séjour en chambre individuelle

---

**Pour rappel,**

**Nos stages se déroulent au Moulin du Rié à Stambruges, Beloeil, Rue du Rieu Bouillant, 78.**

**Est toujours inclus dans le prix :** draps et serviettes de toilette, les jus de fruits et de légumes, bouillons et tisanes, les conseils personnalisés sur le jeûne, l'accompagnement aux activités et ateliers (éveil, yoga, cohérence cardiaque, méditation)

Sont proposés *en option* : massages et séance de réflexologie plantaire

---

## 3. Réservation

Ma réservation sera validée et prise en compte à partir du moment où

J'ai envoyé l'acompte de 250€ par virement bancaire à destination de Pascale Bodson

**sur l'IBAN :** BE03 1999 1383 7184 (BIC : CREGBEBB)

**avec la communication :** Stage Jeûne et Randonnée + Dates + Nom & Prénom

J'ai renvoyé ce bulletin d'inscription complété à [dameetdenature@gmail.com](mailto:dameetdenature@gmail.com) avec la preuve de paiement

---

## 4. Confirmation

Vous recevrez ensuite une confirmation de réservation par e-mail, avec les informations pratiques et un protocole de préparation à la semaine de jeûne et randonnée.

**Le règlement du solde du séjour se fera au début du stage.**

## 5. Politique d'annulation

En cas d'annulation de la réservation, veuillez envoyer un message à [dameetdenature@gmail.com](mailto:dameetdenature@gmail.com)  
50€ de frais de dossiers seront retenus.

- Si l'annulation à lieu moins de 30 jours avant le début du séjour, l'acompte encaissé sera déductible d'un prochain séjour reprogrammé dans les 12 mois suivants l'annulation.
- Si l'annulation à lieu moins de 15 jours avant le début du séjour, l'acompte sera encaissé et non remboursé
- En cas d'absence au stage ou de départ anticipé, la totalité du séjour est due.

---

## 6. Contre-indication

***Les stages s'adressent à des personnes en bonne santé.***

Le Jeûne est contre-indiqué dans les cas suivants : Diabète type 1, grossesse, allaitement, traitements médicaux lourds, troubles du comportement alimentaire, décollement de la rétine, insuffisance rénale ou hépatique, amaigrissement extrême, ulcère de l'estomac, maladie auto-immune, hyperthyroïdie décompensée, artériosclérose cérébrale avancée, psychose, affection coronarienne, mais également toute autre contre-indication médicale.

**Si vous avez quelconque doute sur votre capacité physique à participer au stage de Jeûne et Randonnée, n'hésitez pas à nous téléphoner et à consulter votre médecin traitant.**

En cochant cette case, je déclare

- Être en bonne santé et en mesure de faire plusieurs heures de marche quotidiennement
- Avoir eu connaissance des contre-indications pour la participation des séjours

Date et signature :