



# Bulletin d'Inscription 2024

Séjour en Bretagne du : / / 2024

Stage réservé aux personnes majeures et en bonne santé

1 exemplaire par participant

à imprimer, à remplir & renvoyer

par mail ou par courrier postal à Oxy'Jeûne

11 rue Dainville - 49000 Angers

e-mail : [agnes@oxyjeune.fr](mailto:agnes@oxyjeune.fr)

Centre certifié

par la Fédération Francophone de Jeûne et Randonnées

## Vos coordonnées (nécessaire)

Nom :

Prénom :

Adresse :

Code postale :

Ville :

Téléphone :

E-mail :

Personne à prévenir en cas d'urgence :

Téléphone :

## Informations personnelles (nécessaire)

Avez-vous déjà jeûné ? oui / non

Si oui, combien de fois ?

Combien de temps / combien de jour ?

Age :

Taille :

Poids :

Avez-vous l'habitude de marcher ? oui / non

Pouvez-vous marcher 3 heures ? oui / non

En quelques mots, pourquoi souhaitez-vous faire ce jeûne ?

.

.

## Je m'inscris au séjour débutant le : ..... / / 2024

Début du stage : le samedi à partir de 16h00, le stage débute à 18h00

Fin du stage : le vendredi suivant après le repas de reprise à 14h00

Une semaine avant le début du stage, un courriel vous sera envoyé avec les informations pratiques et instructions nécessaires sur la préparation du séjour.

## Votre séjour (hébergement **et** accompagnement)

En chambre individuelle avec salle de bain partagée

650,00 € / pers

En chambre partagée avec salle de bain partagée.

580,00 € / pers

*(je viens seul (e) et souhaite partagé(e) ma chambre)*

En chambre partagée avec salle de bain partagée

*Nous venons à 2 et partageons notre chambre*

MERCI D'INDIQUER LE NOM DE LA PERSONNE QUI VOUS ACCOMPAGNE

550,00 € / pers

### **Draps non fournis**

Je prends le supplément draps

+ 20,00 € / pers

### **Linge de toilette non fournis**



## Confirmation de mon inscription

Par la poste à Oxy'Jeûne, 11 rue Dainville – 49000 Angers

- ➔ Le bulletin d'inscription, imprimé, daté, complété et signé
- ➔ Un chèque d'arrhes d'un montant de 250,00 € / pers.  
à l'ordre d'Oxy'Jeûne

Pour tout règlement par virement contactez moi

Par téléphone : 06.21.62.49.76

Par e-mail : agnes@oxyjeune.fr

## Prestations proposées non comprises & en supplément

Massages seront à régler directement aux prestataires

Pressothérapie : 20,00 € TTC / séance de 45 min

## Conditions d'annulation de la part du jeûneur

**Toute annulation doit être faite par écrit**

- Sauf pour raison médicale et sur présentation d'un certificat médical, les arrhes ne sont pas remboursées. Bien entendu, la prestation d'accompagnement ne sera, pas facturée.
- En cas de retard au début du stage ou de départ anticipé, la totalité du stage reste dû.

Bon à savoir : le montant des arrhes correspond aux frais engagés pour la préparation de votre séjour.

## Conditions d'annulation de la part d'Oxy'Jeûne

En dessous de 3 personnes inscrites, l'organisateur se réserve le droit d'annuler.

Dans ce cas, une alternative vous sera proposée ou vous serez intégralement remboursé.

## **CONTRES INDICATIONS à la pratique d'un jeûne de 6 jours**

- Grossesse et/ou allaitement
- Traitement médicamenteux lourds
- Ulcère de l'estomac ou du duodénum
- Hyperthyroïdie décompensée
- Artériosclérose cérébrale
- Insuffisance rénale ou hépatique avancée
- Affection coronaire
- Maladie tumorale
- Sclérose en plaque
- Décollement de la rétine
- Diabète type 1 et de type 2 si traitement sous insuline
- Psychose
- Trouble du comportement alimentaire (anorexie, boulimie)

**PRENEZ VOUS UN TRAITEMENT MEDICAL ?      OUI      NON**



## CERTIFICAT MEDICAL :

Etre en état de jeûne peut décupler les effets de votre/vos médicaments.

Si vous prenez un / des médicament(s) sous quelque(s) forme(s) que ce soit, vous devez impérativement demander l'avis de votre médecin prescripteur.

Votre médecin vous connaît et sait pourquoi vous prenez cette prescription.

Merci de demander un certificat de non contre-indication à la pratique du jeûne à votre médecin et de le joindre à votre bulletin d'inscription.

Les médecins de l'Académie Médicale du Jeûne sont à votre disposition si vous le souhaitez. Nous vous mettrons en contact si vous le désirez.

## VOS ENGAGEMENTS :

En signant ce bulletin d'inscription, dans une démarche éclairée, libre et volontaire,

- J'atteste, être en bonne santé physique et être en mesure de marcher 3 à 4 heures par jour.
- **Je confirme** avoir été informé des risques et **avoir pris connaissances des contre-indications** à un stage d'une semaine de : jeûne (ou monodiète ou cure de jus) et randonnées ci-dessous mentionnées sur le site d'Oxy'Jeûne dans la rubrique « contre-indications au jeûne » ainsi que dans le chapitre ci-dessus « CONTRE-INDICATIONS ».
- Je m'engage à fournir le cas échéant un certificat médical certifiant d'une non contre-indication à la pratique du jeûne.
- Je confirme avoir souscrit un contrat d'assurance couvrant ma Responsabilité Civile Individuelle (en cas de dommage causés à des tiers).
- Je m'engage à prévenir et avertir de tout changement de situation de mon état de santé pouvant survenir lors du séjour.
- Je confirme mes déclarations sincères et véritables et dégage Oxy'Jeûne de toutes responsabilités sur ces sujets.

Fait à :

Date

Signature

*(précédé de la mention manuscrite « lu et approuvé »)*

Merci de retourner ce formulaire, paraphé, daté et signé, accompagné avec votre règlement (chèque ou d'un justificatif de virement)

par la poste : Oxy'Jeûne - 11 rue Dainville - 49000 Angers

par e-mail : [agnes@oxyjeune.fr](mailto:agnes@oxyjeune.fr)

Téléphone : 06.21.62.49.76