

Jeûner Côté Mer à Cancale

www.jeunercotemer.fr

Pré-inscription à un Séjour de Jeûne avec Accompagnement Médical

NB : un formulaire par participant

VOS COORDONNEES

Nom : _____ Prénom : _____

Adresse : _____

Code postal : _____ Ville : _____ Pays : _____

Téléphone : _____ Email : _____

VOTRE INSCRIPTION

Lieu du stage : Cancale

Dates choisies (merci de vérifier sur le site) : du _____ au _____

POUR MIEUX VOUS ACCOMPAGNER

Vous êtes : homme femme Date de naissance : _____

Activité professionnelle (ou profession antérieure si retraité(e)) : _____

Personne à prévenir si besoin pendant le séjour : _____

NOM, Prénom : _____

Lien de parenté : _____ Téléphone : _____

CONDITIONS DU SÉJOUR

Semaine du samedi au vendredi : 1.290 euros par personne, hébergement compris en chambre seule.

Tarif « couple » pour deux inscriptions au même stage, en chambre partagée : 2.480 €.

Ce tarif comprend :

Préparation au séjour de jeûne avec bilan médical initial, accompagnement médical du jeûne selon Buchinger avec encadrement et suivi personnalisé, randonnée ou exercice physique adapté quotidien accompagné, boissons BIO (jus de fruits + légumes, bouillons, tisanes, eau dynamisée), reprise alimentaire, séance quotidienne : mouvement thérapeutique, sophrologie, méditation, selon le cas, soirées à thème : physiologie du jeûne, adaptation métabolique, digestion, conseils nutritionnels, bénéfices thérapeutiques du jeûne et/ou de la cétose, importance de la reprise alimentaire.

Votre inscription se fait en deux étapes :

- Réception de cette pré-inscription comprenant le questionnaire médical rempli accompagné de l'acompte par chèque (530 €/personne) à l'adresse de Jeûner Côté Mer, voir en bas de ce formulaire. NB : Votre acompte n'est encaissé qu'après validation de votre inscription par le médecin. Cette pré-inscription est prise en compte par ordre de réception du dossier complet.
- Confirmation de votre inscription après bilan médical individuel (consultation ou téléconsultation, bilan biologique sanguin) Vous recevrez un rendez-vous de (télé)consultation avec l'un de nos médecins afin de valider votre inscription. Un mois avant votre séjour, vous recevrez les indications pour une descente alimentaire adaptée à votre situation personnelle.

Nous restons bien sûr disponibles pour toute information complémentaire.

Votre engagement

J'atteste, en signant cette pré-inscription m'engager dans une démarche libre et volontaire, en étant informé(e) des bénéfices et des effets indésirables possibles du jeûne.

J'ai bien pris connaissance des contre-indications médicales du jeûne :

Cachexie (dénutrition extrême), corpulence < 18,5 kg/m², anorexie mentale et troubles de l'alimentation, hyperthyroïdie non contrôlée, insuffisance cérébrovasculaire avancée ou démence, insuffisance hépatique ou rénale sévère, grossesse et allaitement, addictions, diabète de type I (ou sous insuline), troubles psychotiques, maladie coronarienne instable ou sévère, décollement de la rétine, ulcère gastrique et / ou duodéal évolutif, cancer et maladie maligne récent /en cours de traitement.

En signant ce formulaire, je certifie :

- Que mes déclarations de santé sont complètes, sincères et véritables et je suis informé qu'une déclaration incomplète dégage les médecins et les organisateurs de toute responsabilité à ce sujet.
- Je m'engage également à prévenir les organisateurs de toute évolution de ma santé survenant avant le début du séjour.
- J'atteste avoir souscrit un contrat d'assurance couvrant ma Responsabilité Civile Individuelle (dommages aux tiers) et villégiature pour le logement.
- J'accepte les conditions générales de vente mentionnées sur le site www.jeunercotemer.fr
- **Jeûner Côté Mer** traite les données recueillies pour **votre séjour de jeûne à Cancale**. Pour en savoir plus sur la gestion de vos données personnelles et pour exercer vos droits, reportez-vous à la [notice ci-dessous](#) *.

Droit à l'image

Au cours du séjour des photographies et vidéogrammes peuvent être enregistrés à des fins de communication. Vous êtes susceptible d'apparaître sur ces supports. J'autorise « Jeûner Côté Mer » à utiliser ces images à titre gracieux. J'accepte que photos et vidéos enregistrées au cours du séjour sur lesquelles j'apparais soient utilisées, uniquement à des fins de promotion des séjours de jeûne proposés par « Jeûner Côté Mer ».

Si vous vous y opposez, veuillez cocher la case suivante :

Date, et signature, précédée de la mention manuscrite « *Lu et approuvé* » :

(Formulaire à retourner à l'adresse ci-dessous accompagné de votre chèque d'acompte)

N'oubliez pas de renvoyer le questionnaire médical ci-après sous pli fermé « à l'attention du médecin ». Merci.

***Notice**

Les informations recueillies dans le questionnaire sont enregistrées dans un fichier informatisé par **Jeûner Côté Mer**. Vous pouvez également vous opposer au traitement de vos données.

Les données collectées seront communiquées à la seule destinataire suivante : Lina Rouillier. Elles sont conservées pendant 5 ans.

Vous pouvez accéder aux données vous concernant, les rectifier, demander leur effacement ou exercer votre droit à la limitation du traitement de vos données.

Consultez le site cnil.fr pour plus d'informations sur vos droits.

Pour exercer ces droits ou pour toute question sur le traitement de vos données dans ce dispositif, vous pouvez adresser un mail à jeunercotemer@mail.com.

Si vous estimez, après nous avoir contactés, que vos droits « Informatique et Libertés » ne sont pas respectés, vous pouvez adresser une réclamation à la CNIL.

Questionnaire médical confidentiel

Afin d'optimiser votre séjour nous vous invitons à répondre le plus complètement et sincèrement possible au questionnaire ci-après. N'hésitez pas à ajouter toutes les précisions utiles ainsi que les justificatifs dont vous disposez. Répondez à toutes les questions. Ces données sont confidentielles et restent soumises au secret médical, quelle que soit la suite donnée à cette pré-inscription.

Merci d'envoyer ce questionnaire sous enveloppe fermée « à l'attention du médecin ».

Petit rappel :

Nom : _____ Prénom : _____
 Vous êtes : homme femme Date de naissance : _____
 Téléphone : _____ Email : _____
 Poids : _____ kg Taille : _____ cm

Pour quelle(s) raison(s) souhaitez-vous participer à ce stage de jeûne avec accompagnement médical ?

Quel problème de santé principal pensez-vous améliorer ?

Prenez-vous un traitement médicamenteux tous les jours ? NON OUI
 (si oui, merci de joindre une copie de votre ordonnance de traitement habituel)

Avez-vous déjà été hospitalisé(e) ? Merci de préciser motif(s) et dates : _____

Votre histoire médicale :

Avez-vous déjà jeûné : NON OUI : quand ? combien de temps ?

Évaluez de 1 (très mauvais) à 10 (très bon) les paramètres suivants :

Votre état de santé global : _____

Votre état de stress ou de nervosité : Votre digestion : _____

Votre sommeil : _____

Votre vitalité, votre énergie : _____

Consommations habituelles :

Tabac : _____

Alcool : _____

Café, thé : _____

Autres : _____

Votre alimentation habituelle : omnivore, végétarien, flexitarien, végétalien ou végétan (entourez votre préférence) Combien de repas quotidiens :

Combien de repas hebdomadaires sont préparés par vous-même ? _____

Avez-vous des intolérances ou allergies alimentaires ? NON OUI : précisez ci-dessous _____

Avez-vous déjà fait un régime alimentaire ? NON OUI : quel régime ? _____

Votre pratique d'activité(s) physique(s) : Lesquelles ? Durée hebdomadaire ? _____

Pouvez-vous facilement vous asseoir à terre et vous relever seul(e) ? NON OUI

Pouvez-vous facilement marcher 6 kilomètres, ou une heure ? NON OUI

Pouvez-vous facilement marcher 12 kilomètres, ou deux heures ? NON OUI

Précisez votre situation familiale : _____

Des difficultés particulières à nous préciser concernant votre famille, ou vos proches ? _____

Votre Médecin traitant (nom, ville, téléphone) : _____

Avez-vous évoqué votre projet de jeûne avec votre médecin traitant ?

Si oui, commentaires du médecin : _____

Merci de préciser votre disponibilité pour le rendez-vous de (télé)consultation médicale (matinée, après-midi, soirée, jour de la semaine)
:

Vous souhaitez peut-être ajouter des informations, n'hésitez pas à les mentionner dans l'espace ci-dessous : _____

Merci pour toutes ces précisions et de votre temps, et à bientôt...