



PACIFLOR

FORMATION PRATIQUE FFJR

DEVENIR ORGANISATEUR DE STAGES DE JEÛNE ET RANDONNÉE

Le Jeûne en France se développe considérablement, il est indispensable que les encadrants soient des professionnels compétents et formés rigoureusement pour répondre aux exigences du label de la Fédération Française de Jeûne et Randonnée (FFJR).

Michèle Paris, naturopathe – infirmière, agréée par la FFJR depuis 2015, ayant une bonne expérience du jeûne et de la formation, vous propose une Formation pratique sur 5 jours faisant suite aux modules théoriques dispensés par l'école de naturopathie Isupnat.

La formation sera encadrée par Michèle Paris et Olivier Blain (naturopathe et co-organisateur des cures de jeûne « Paciflor »).

Le programme sera identique à celui proposé au centre « l'Amandier » par Pierre et Dominique Juveneton, chaque formateur utilisant toutefois ses approches et outils personnels.

Les objectifs de la formation pratique FFJR

- Savoir organiser concrètement un stage de « Jeûne et Randonnée ».
- Accompagner un groupe de jeûneurs et se confronter à des situations concrètes sur le terrain.
- Aborder la dimension humaine, les différentes personnalités pour viser une bonne cohésion de groupe et favoriser les échanges entre futurs collègues.
- Réviser et mettre en pratique la formation théorique (Isupnat).
- Evaluer les acquis et approfondir ce qui reste à acquérir.

En pratique, il vous sera proposé de :

- Animer une séquence d'éveil corporel ou de relaxation
- Apprendre à préparer bouillons et tisanes appropriées
- Accompagner une « descente alimentaire » et préparer une « reprise alimentaire »
- Encadrer concrètement un groupe de jeûneurs à chaque étape de la journée et veiller au bien-être de chacun
- Gérer les étapes du Jeûne (crise curative) et les aspects émotionnels liés au jeûne
- Réviser les connaissances théoriques (Isupnat)
- Aborder les techniques complémentaires
- Préparer et encadrer les randonnées
- Proposer une « causerie » sur un thème défini à l'avance
- Débriefer chaque journée
- Vérifier vos connaissances et compétences sur le terrain afin de les renforcer

Tarifs 2020

Formation sur 4, 5 jours : 900 euros

Hébergement : De 180 à 290 euros selon le type de chambre pour 5 nuitées

Date : Du lundi 18 mai (18h) au samedi 23 mai (11h)

Lieu : En Bretagne, à Plévenon près du Cap Fréhel (22)

Inscription : mi.paris@orange.fr ou 06 09 94 03 71

Partageons « l'art de faire jeûner » !



PACIFLOR