FORMATION PRATIQUE - FFJR 2025

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, agrée par la FFJR, ayant une bonne expérience du jeûne et de la formation, vous propose une Formation pratique sur 5 jours faisant suite à la formation Théorique dispensée au sein de la FFJR.

La formation sera encadrée par Michèle Paris et Olivier Blain co-organisateurs des jeûnes « Paciflor »

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.
- 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
- 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

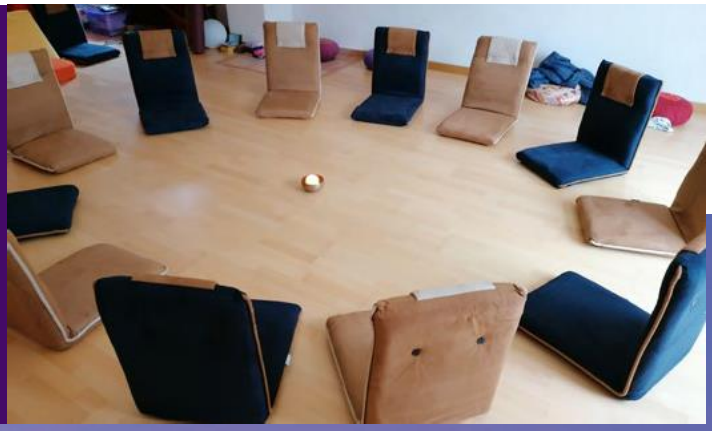
Tarifs 2025

Hébergement : de 150 euros à 320 euros
selon le type de chambre (5 nuitées)

du Dimanche 2 Mars (14h) au vendredi 7 Mars (14h)

Lieu : En Bretagne, à Fréhel (22)

Inscriptions : Formulaire d'inscription ci-dessous



Partageons « l'Art de faire jeuner »

FORMATEURS

Michèle Paris

- Organisatrice labélisée de stages de “Jeûne et Randonnée” FFJR- Paciflor
- Formatrice FFJR : Formation théorique et pratique et responsable de la commission Formation FFJR
- Naturopathe (CNR André Laffont)
- Infirmière diplômée d’état
- Kinésiologue
- Animatrice randonnée FFRP (Brevet Fédéral niveau 2)
- Formée à l’irrigation du colon (AVS Formation)
- Formatrice et organisatrice de stages en Développement personnel
- Coach à distance en : Détox, cure de jus, diététique anti-arthrose, jeûne à domicile
- Organisatrice de Rando-Détox itinérantes

Olivier Blain

- Collaborateur - organisateur des stages Paciflor
- Naturopathe (Marchesseau)
- Formateur et Praticien en massage « Bien-être »
- Praticien diplômé en Cohérence cardiaque
- Réflexologue
- Animateur de Randonnée FFRP (Brevet Fédéral niveau 1)
- Organisateur de rando-détox et rando Compostelle

FORMULAIRE D'INSCRIPTION

FORMATION PRATIQUE FFJR

MES COORDONNÉES

Nom : .....
Prénom : .....
Adresse : .....
Code Postal :..... **Ville :** .....
Téléphone : .....
email : .....

MON INSCRIPTION (2 choix possibles)

- **Dimanche 2 Mars (14h) au Vendredi 7 Mars 2025 (14h)**

TARIFS

Formation 5 jours : 950 euros

Hébergement :

5 nuitées à Fréhel (22)
draps fournis, linge de toilette à prévoir

- ☐ Chambre twin (lit 90), Petite(très petite) salle de bain et wc pour 3 personnes : 150 € / personne
- ☐ Chambre twin (lit 90), salle de bain et wc pour 4 personnes : 170 € / personne
- ☐ Chambre twin (lit 90), salle de bain et wc pour 2 personnes : 190 € / personne
- ☐ Chambre seule (lit 90), Petite(très petite) salle de bain et wc pour 3 personnes 240 €
- ☐ Chambre seule (lit 140), salle de bain et wc privatifs : 3 0 0 €

TOTAL : 950 +.....= .....

Je joins un chèque d'acompte de 200 € à l'ordre de « PACIFLOR » et m'engage à régler le solde à mon arrivée au gîte. Le chèque sera encaissé 1 mois avant le début du stage.
Si vous ne recevez pas la confirmation par mail de l'inscription sous 2-3 semaines, veuillez nous contacter.
Pour toute annulation un mois avant le début du stage ou en cas de raisons médicales, le chèque d'arrhes vous sera restitué. En cas de retard au début du stage ou de départ anticipé, la totalité reste acquise par PACIFLOR.

L'arrivée au gite est à 14h le dimanche et le départ à 14h le Vendredi après le repas de reprise.
Nous mettons en contact les stagiaires pour du covoiturage.

Date : ..... Signature :

CONTACT : mi.paris@orange.fr - Michèle Paris : 06 09 94 03 71
Adresse Postale : Paciflor – Michèle Paris – A201 – 22 rue St Clément – 56170
QUIBERON (chèque à l'ordre Paciflor) - IBAN : FR76 1600 6420 1100 8180 3297 851