



*Depuis 2019*

## BULLETIN INSCRIPTION

# Detox Grands Causses à Saint-Jean d'Alcapiès - Aveyron

**T**erre d'Eugenia a sélectionné pour vous un **programme authentique Detox Grands Causses de 6 nuits/7 jours, en jeûne ou monodiète adaptée, basé sur la pratique de la randonnée dans les Grands Causses, du Yoga Nidra avec des ateliers cuisine végétale sans allergène, ainsi que des conférences sur la nutrition le tout en résidence dans le sublime gîte au château Castel d'Alzac à Saint-Jean d'Alcapiès à 30 km de Millau.**

Notre Programme Detox Grands Causses comprend **l'accès gratuit aux Jacuzzi.**

En complément et sur réservation la possibilité d'optimiser votre detox et remise en forme au travers d'une gamme de soins adaptés, massages bien-être.

Toute inscription en cure requiert un échange téléphonique avec Anne au 0778050479

# Au programme

**Accompagnement holistique naturopathique** en préparation, pendant et en reprise après la cure detox par un naturopathe diplômé Euronature, certifié FENA et labellisé en tant qu'organisateur de séjour de jeûne et randonnée par la FFJR Fédération Francophone de Jeûne et Randonnée. Basé sur les échanges individuels personnalisés, les apports théoriques et pratiques délivrés en groupe.

**Deux ateliers cuisine végétale sans allergènes à 17h + cinq conférences en soirée** après le bouillon, permettant tout au long du séjour la découverte et l'appropriation de la pratique du jeûne et l'approche nutrition en naturopathie (cuisine vivante, micro-nutrition, vitalisme...). Ces moments partagés comportent de l'apport en terme de contenu, des supports dématérialisés remis après les ateliers, de la pratique en cuisine, des échanges question-réponse permettant tout à chacun d'approfondir ses connaissances. Parmi les thèmes phares : cuisiner les algues, cuisiner les légumes lacto-fermentés, les huiles précieuses alimentaires, comment bien nourrir son microbiote pour maintenir les conditions idéales de votre santé, et bien évidemment le jeûne, la detox, ses bienfaits, sa physiologie.

**Eveil corporel sur mesure** le matin inspiré du Do In, techniques respiratoires Yogique et Pilates.

**De succulentes recettes** chaque jour différentes de jus de légumes, et de bouillons, de qualité biologique selon méthode Buchinger. Le forfait de base comprend 1 jus de légumes bio et frais le matin, les tisanes à volonté, et le bouillon du soir (ou monodiète adaptée sur demande intégrant au forfait de base, jus, riz ou banane écrasée au déjeuner).

**Trois Séances de Yoga Nidra** d'apaisement en fin de journée.

**Temps de repos**, lecture, rêverie et accès aux installations du centre compris dans le forfait de base : jacuzzi avec vue sur collines.

**Booster DETOX ++ : accès aux soins** pour découvrir et accentuer la Detox mise en place lors du jeûne par des massages. Tarifs en sus.

**L'encadrement des randonnées** par un guide SA1 1er niveau agréé par la FFRP.

**Samedi accueil des participants** accompagnement et mise en condition.

**Du dimanche au jeudi randonnées découvertes du Causse majeur du Larzac** pour se recharger au contact des éléments naturels - Espace, ciel bleu, vent, ici tout est vitalogène dans la Cure Detox Grands Causses.

**Vendredi partage et dégustation du repas de reprise.**

Réserver 1 à 5 soins avant votre arrivée	
<input type="checkbox"/> Séance massage Ayurvédique Abhynaga aux huiles chaudes <input type="checkbox"/> Séance massage Holistique <input type="checkbox"/> Séance massage Énergétique <input type="checkbox"/> Séance massage Suédois, <input type="checkbox"/> Séance massage Balinais, <input type="checkbox"/> Séance massage Tuina, <input type="checkbox"/> Séance massage Shiatsu, <input type="checkbox"/> Séance massage personnalisé	1 heure / massage  <b>60 euros</b>  non compris dans mon forfait cure : <b>soin à régler                      directement                      auprès des                      praticiennes en                      espèces ou                      chèque</b>

Votre arrivée	Le départ
<p>Nous vous accueillons de 15h00 à 17h00 max le samedi de votre arrivée.</p> <p>Les gites seront prêts au plus tard à 17 h, ou avant selon les disponibilités.</p> <p>NOUS VOUS RECOMMANDONS UN TRANSPORT INDIVIDUEL EN VOITURE avant 17h00 max.</p> <p>Gare TGV la plus proche <b>Montpellier, Rodez ou Toulouse</b>. Puis taxi, location voiture, blabla car ou covoiturage.</p> <p>Gare TER <b>Tournemire</b> en provenance de Beziers &gt; possibilité d'aller vous chercher à Tournemire-Roquefort - train de 10h30</p> <p><a href="https://www.thetrainline.com/fr/horaires-train/beziers-a-tournemire-roquefort">https://www.thetrainline.com/fr/horaires-train/beziers-a-tournemire-roquefort</a></p>	<p>Les chambres doivent être libérées à 10h le vendredi de votre départ.</p> <p>Le séjour se termine le vendredi après le repas de reprise alimentaire (max 13h00).</p>

<b>Vous souhaitez en savoir plus sur le lieu</b>	<b><u>TERRE D'EUGENIA</u></b>
<b>Adresse du séjour</b>	Gite Castel d'Alzac 12 250 - Saint-Jean d'Alcapiès
<b>Contact Anne Swiader</b>	07 78 05 04 79

# Bulletin d'inscription

## Les différentes étapes de mon inscription Séjour Detox Côte Bleue à Carro

1. Je vérifie les disponibilités au 07 78 05 04 79
2. J'adresse mon bulletin d'inscription pages 4 et 5 par mail à [reservation@terredeugenia.com](mailto:reservation@terredeugenia.com)
3. **Je verse un acompte de 500 euros par virement avec le RIB page 6**
4. Je reçois mon Guide d'accompagnement et je peux être accompagné par la naturopathe pendant la préparation de ma cure.
5. Je verse le solde de mon séjour 14 jours avant mon arrivée

**A renvoyer**

[reservation@terredeugenia.com](mailto:reservation@terredeugenia.com)

**Pour tout renseignement**  
[terredeugenia.com](http://terredeugenia.com)

**Contact Anne Swiader 07 78 05 04 79**

### Mes coordonnées :

**Nom & Prénom**

Adresse

**Courriel**

**Téléphone**

Personne à prévenir en cas d'urgence

Téléphone

Est-ce votre première jeûne ?  
 Oui  
 Non

Etes-vous déjà venu chez Terre d'Eugenia?  
 Oui  
 Non

Quel est votre objectif du séjour ?

### Je précise la date de mon séjour :

Semaine du samedi

au vendredi

### Je choisis les options d'hébergement et ma cure sous réserve de disponibilité :

**Forfait Detox Grands Causses**  
**6 nuits - 7 jours**  
**Accompagnement + cure + hébergement**

Forfait en chambre simple (1 pers. par chambre)  **1 090 euros TTC**

Déduction DUO par personne (2 personnes en couple/amis dans la même chambre)  **- 200 euros TTC**

**Total du séjour**

**Choix de ma cure**

**Jeûne** => 1 jus de légumes le matin, tisanes à volonté, bouillon le soir

Selon vitalité

**Jus** => 2 jus de légumes le matin et midi, tisanes à volonté, bouillon le soir.

**Riz** => 1 jus de légumes le matin, riz à midi, tisanes à volonté, bouillon le soir.

**Banane écrasée** => 1 jus de légumes le matin, banane à midi, tisanes à volonté, bouillon le soir.

# Bulletin d'inscription Séjour Detox Grands Causses à Castel d'Alzac.

- ▶ **J'atteste**, dans une démarche libre et volontaire, souhaiter effectuer un séjour « jeûne et randonnée © » avec TERRE D'EUGENIA.
- ▶ **J'atteste** pour ce faire, être en mesure de marcher au minimum 3 heures par jour, être en bonne santé et je m'engage à assurer mes responsabilités personnelles et en groupe.
- ▶ **Je confirme** mes déclarations étant sincères et véritables, et dégage TERRE D'EUGENIA de toute responsabilité à ce sujet.
- ▶ **Je m'engage** également à avertir tout changement de situation sur ma santé pouvant survenir avant le séjour.
- ▶ **J'ai bien pris connaissance** des contre-indications du jeûne sur le site [www.terredeugenia.com](http://www.terredeugenia.com).
- ▶ **Je suis sous traitement médical** pour la pathologie suivante :  
.....

Dans ce cas, je joins donc un certificat médical obligatoire attestant la possibilité du jeûne, de la detox et de la marche.

▶ **J'atteste**, avoir été informé(e) que la conduite d'un véhicule motorisé ou non, est fortement déconseillée durant toute la durée du stage.

- J'ai lu et accepte** les conditions générales de vente, d'annulation du centre Terre d'Eugenia.
- J'ai lu et accepte** le règlement interne du centre.
- Oui    Non    **J'accepte de recevoir** le bulletin d'information de Terre d'Eugenia
- Oui    Non    **Droit à l'image** : J'autorise Terre d'Eugenia à utiliser mon image comme « illustration en situation » sur le site [terredeugenia.com](http://terredeugenia.com), sur le compte Facebook ou Instagram de [terredeugenia](http://terredeugenia.com), ou dans les bulletins d'information.

**Nom prénom :**

**Date :**

**Signature :**

Mention manuscrite "LU et APPROUVE"

# Rappel du processus de paiement réservation

## ETAPE 1

Pour consolider ma pré-inscription effectuée auprès de Anne Swiader suite à entretien téléphonique et au plus tard 40 jours avant mon arrivée,


**J'effectue un virement d'acompte de 500 euros à l'aide du RIB ci-après**

## ETAPE 2

**Au plus tard 14 jours avant la date de mon arrivée, j'effectue le virement du solde de mon séjour tel que choisi et noté en page 4 pour Terre d'Eugenia à l'aide du RIB ci-après**

## ETAPE 3

A mon arrivée je règle la **taxe de séjour** par virement, chèque ou espèces.

 <b>RELEVÉ D'IDENTITÉ BANCAIRE</b>						
Identifiant national de compte bancaire - RIB						
Banque	Guichet	N° compte	Clé	Devise	Domiciliation	
10096	18062	00029562401	49	EUR	CIC MARSEILLE GAMBETTA	
Identifiant international de compte bancaire						
IBAN (International Bank Account Number)				BIC (Bank Identifier Code)		
FR76	1009	6180	6200	0295	6240	149
				CMCIFRPP		
<b>Domiciliation</b>				<b>Titulaire du compte (Account Owner)</b>		
CIC MARSEILLE GAMBETTA				TERRE D'EUGENIA		
8 ALLEES LEON GAMBETTA				356 RUE D ENDOUME		
BP 2199				13007 MARSEILLE		
13207 MARSEILLE CEDEX 01						
☎33496206238						
Remettez ce relevé à tout autre organisme ayant besoin de connaître vos références bancaires pour la domiciliation de vos virements ou de prélèvements à votre compte. Vous éviterez ainsi des erreurs ou des retards d'exécution.				PARTIE RESERVEE AU DESTINATAIRE DU RELEVÉ		

Les informations recueillies font l'objet d'un traitement informatique destiné à Terre d'Eugénia.

Conformément à la loi « informatique et libertés » du 6 janvier 1978 modifiée en 2004, vous bénéficiez d'un droit d'accès et de rectification aux informations qui vous concernent, que vous pouvez exercer en vous adressant à Terre d'Eugenia 356 rue d'Endoume - 13 007 Marseille. Vous pouvez également, pour des motifs légitimes, vous opposer au traitement des données vous concernant.

## **CONDITIONS GENERALES DE VENTE**

### **I. Domaine d'application**

1. Les conditions générales s'appliquent aux contrats ayant trait à un séjour organisé par Terre d'Eugenia ci-après désigné le centre, ainsi qu'à toutes les autres prestations fournies par Terre d'Eugenia aux participants.
2. Toute disposition dérogatoire figurant dans les CGV du participant ne s'applique pas, sauf si la dérogation a été reconnue explicitement par écrit par Terre d'Eugenia.

### **II. Conclusion du contrat**

1. La réservation ferme d'un séjour organisé par Terre d'Eugenia est garantie dans les conditions suivantes : A : l'envoi du formulaire d'inscription par le participant précédé par la confirmation de réservation et certificat de non contre-indication à la pratique du jeûne suite à consultation médicale. B : le versement d'un acompte de la moitié du prix de la formule choisie (hors massages) afin de valider la réservation.
2. Une réservation devient définitive par le renvoi de la confirmation de réservation par nos services et par le solde de la formule sélectionnée, et ce au minimum 14 jours avant le début de la formule sélectionnée.

Une réservation reste valable même si le formulaire d'inscription et le paiement de l'acompte ne sont pas rentrés chez Terre d'Eugenia dans les délais fixés. Une annulation par écrit est donc nécessaire pour annuler la réservation.

3. On ne peut réserver qu'un seul forfait par séjour (sauf exception 2 séjours consécutifs). Les prestations non utilisées dans le cadre de votre cure ne sont pas remboursées.

### **III. Annulation et résiliation**

1. En signant ce contrat, vous acceptez de verser les frais d'annulation de votre réservation, fixés selon les modalités suivantes.
2. Le participant peut annuler sa réservation par écrit uniquement jusqu'à 21 jours avant son arrivée sans frais pour lui. Ensuite, lui seront facturés des frais d'annulation, comme suit :

I: de 20 à 14 jours avant son arrivée = 380 € pour les séjours de 6 nuits.

Il : à partir de 14 jours avant le début du séjour, le séjour sélectionné est dû en sa totalité.

Enfin, tout séjour commencé est dû en sa totalité.

En cas d'annulation de la cure par Terre d'Eugenia, tous les versements vous seront intégralement remboursés.

3. En cas de non-respect du règlement interne du Centre, Terre d'Eugenia se réserve le droit d'interrompre la cure aux frais du participant.

4. Terre d'Eugenia se réserve le droit d'annuler le séjour si les effectifs n'atteignent pas 5 personnes 15 jours avant la date prévue. Auquel cas le séjour sera reporté à une autre date ou remboursé intégralement.

#### **IV. Services, tarifs et paiements**

1. Toutes les prestations sont facturées sur la base des tarifs en vigueur. Cette liste des prix remplace et annule les tarifs et conditions précédemment en vigueur.

2. La majorité de nos tarifs sont des tarifs tout compris. En cas d'augmentation de la TVA, les prix incluant cette taxe sont automatiquement ajustés.

3. Lors de nos cures, vous pouvez changer de formules soit de votre propre chef, soit suite aux conseils de notre naturopathe, dans la limite des 4 cures proposées sans surcout.

En cas de reprise alimentaire avant la fin du séjour un supplément de 20 euros par jour de reprise sera appliqué.

#### **V. Arrivée et départ**

1. Nous avons réservé votre chambre selon vos souhaits, nos disponibilités et l'ordre des réservations.

2. Les chambres réservées sont à disposition du participant à partir de 17h00, le jour de son arrivée.

3. Le jour du départ, le participant est prié de bien vouloir libérer sa chambre à 10h.

4. Une carte d'identité/un passeport sera demandé(e) à tout participant séjournant pour la première fois chez Terre d'Eugenia.

#### **VI. Responsabilité pour les objets apportés**

1. Terre d'Eugenia décline toute responsabilité en cas de perte ou de vol de vos effets personnels, en particulier dans le cas de bijoux, documents ou argent liquide.

2. Nous déclinons toute responsabilité pour des dommages résultant directement ou indirectement de l'utilisation du parking privé situé à proximité du centre.

#### **VII. Disposition finale**



1. Le lieu de facturation et d'exécution est Marseille
2. Le lieu de juridiction est Marseille.
3. C'est le droit français qui s'applique.
4. Si des dispositions de ces CGV sont devenues caduques ou nulles, les autres dispositions demeurent entièrement valides. De surcroît, ce sont les prescriptions légales qui prévalent.

### **RÈGLEMENT INTERNE DU CENTRE TERRE D'EUGENIA**

Dans un espace de sérénité et de bien-être comme chez Terre d'Eugenia le respect d'un certain nombre de règles est indispensable pour l'ensemble des hôtes et la réussite de votre jeûne. Nous vous prions de lire soigneusement les conditions ci-dessous, relatives à un séjour chez Terre d'Eugenia. Ces dernières seront considérées comme implicitement acceptées lors de votre arrivée.

L'utilisation du téléphone portable vous est déconseillée sur l'ensemble du domaine, comme lors des activités et des randonnées. Il n'est possible de téléphoner que depuis les chambres fenêtres fermées afin de ne pas déranger vos voisins, et lors des randonnées en vous mettant suffisamment à l'écart pour ne pas importuner le reste du groupe.

Si un hôte décide de ne pas dormir à dans le centre, l'hébergement proposée par Terre d'Eugenia, ou de s'absenter pour quelques jours, il peut uniquement le faire avec l'accord de la Direction.

Les séjours proposés par Terre d'Eugenia ne peuvent être suivis qu'à partir de 18 ans.

Il est strictement interdit de fumer (cigarette et cigarette électronique) et de boire de l'alcool, aussi bien sur l'ensemble du domaine, que lors des randonnées et dans les chambres des hôtes.

Nos cures de 6 nuits commencent le samedi à partir de 17h et se finissent le vendredi à 13h. Il vous est donc demandé d'arriver le samedi à partir de 17h et de prévoir de libérer les chambres à 10 h le samedi - Le repas de reprise se tient à 11h30 et vous quitterez le centre le vendredi à 13h. Dans ces conditions nous pourrons vous assurer tout notre professionnalisme et la qualité de notre suivi.

Le respect de l'ensemble de ces règles est capital pour le succès de votre séjour Detox. Il en est de même pour les conseils prodigués par notre naturopathe.

Si un participant ne respecte pas le règlement à plusieurs reprises, la Direction se réserve le droit d'interrompre la cure et d'annuler la réservation. Les frais incombent alors, au participant.

Les animaux sont autorisés sur demande et sous toute réserve dans l'enceinte du centre.

Les randonnées sont encadrées par un animateur disposant a minima du niveau SA1. L'animateur n'a pas d'obligation de résultat mais de sécurité.

Chaque hôte se doit de respecter la nature, les propriétés privées traversées, et les règles élémentaires de sécurité. Il respecte également les recommandations de l'animateur.

L'hôte se doit d'être bien équipé pour la pratique de la randonnée, en particulier le port des chaussures de randonnées est obligatoire (crantage des semelles et maintien de la cheville par une tige) mais doit également être vigilant sur la nécessité d'être autonome en eau.

Les fiches techniques des randonnées sont mise à disposition des hôtes lors de leur séjour.

Chaque hôte dispose d'une **couverture assurance maladie valide** lors du séjour chez Terre d'Eugenia

Un **certificat médical de non contre indication à la pratique de la randonnée pédestre et du jeûne** sera fourni par chaque hôte.

[www.terredeugenia.com](http://www.terredeugenia.com) - Code APE : 770Z - +33(0)7 78 05 04 79 -  
[reservation@terredeugenia.com](mailto:reservation@terredeugenia.com) - n°SIRET : 850 110 297 000 15 - 356 rue  
d'Endoume -13 007 Marseille - S.A.S.U.. au capital de 1000 euros