



La Charte « Détox en Sologne »

Notre charte est celle de la Fédération française Jeûne et Randonnée à laquelle notre centre est affilié.

Préambule Les séjours de Jeûnes et Randonnée sont libres de toute appartenance politique, partisane ou religieuse.

Art 1 : JEÛNE ET RANDONNÉE propose des stages de jeûne diététique d'une semaine de type Buchinger (eau, tisanes, bouillons filtrés et jus de fruits dilués), associés à la marche dans la nature comme activité principale.

Art 2 : Le jeûne diététique s'adresse à des personnes en bonne santé.

Art 3 : JEÛNE ET RANDONNÉE assure un encadrement qualifié aussi bien pour le jeûne que pour la marche.

Art 4 : JEÛNE ET RANDONNÉE propose, après la marche, des échanges et des activités créatives, ludiques et culturelles.

Art 5 : JEÛNE ET RANDONNÉE met à disposition de tous des informations concernant le jeûne, l'alimentation et l'hygiène de vie.

Art 6 : JEÛNE ET RANDONNÉE utilise des produits naturels, biologiques et locaux, et propose un stage sans alcool, tabac et drogue.

Art 7 : JEÛNE ET RANDONNÉE applique les règles élémentaires de bienveillance, discrétion et du devoir de réserve.