



NOTRE DÉMARCHE QUALITÉ

Afin de garantir à tous ceux qui ont choisi de pratiquer le jeûne avec la FFJR un encadrement professionnel, bienveillant et enrichissant nous avons mis en place une démarche qualité.

Cette démarche repose principalement sur trois points clé :

1) une formation complète et exigeante afin d'obtenir le label FFJR

La formation initiale des organisateurs de séjours FFJR comprend :

- formation théorique de 24 jours (anatomie, physiologie du jeûne, psychologie, aromathérapie, nutrition ...)
- formation pratique à l'encadrement de séjours
- formation à l'animation de la randonnée pédestre
- pratique personnelle du jeûne d'au moins 4 semaines
- brevet de secouriste PSC1

2) une formation continue proposée plusieurs fois par an à tous les organisateurs de séjours FFJR.

Des conférences sont régulièrement organisées afin que chacun des adhérents possède les informations sur les dernières études et recherches autour du jeûne.

Ces conférences sont réalisées par des médecins de l'AMJ ([Académie médicale du jeûne](#)) qui sont de véritables référents du jeûne en France concernant la pratique, les indications ou contre-indications.

3) un questionnaire qualité complété par tous les jeûneurs à la fin de leur séjour chez un membre de la FFJR.

L'objectif de ce questionnaire est de garantir que l'ensemble des organisateurs respectent la [charte de la FFJR](#) .

Vous êtes plus de 10000, chaque année, à venir jeûner avec la FFJR. Nous vous remercions pour votre confiance qui nous invite à toujours progresser et nous améliorer.

Devenez ambassadeur du jeûne, devenez acteur de la FFJR.

Grâce à votre retour d'expérience, aidez-nous à proposer dans chacun de nos centres, un jeûne sécurisé qui réponde à vos attentes. Ce questionnaire (*) est anonyme et ne vous prendra que quelques minutes.

() Ce questionnaire vous sera proposé par l'organisateur à la fin de chaque séjour de Jeûne et Randonnée*