

Université d'été Terre du Ciel des savoirs et sagesse du monde

Terre du Ciel - Domaine de Chardenoux - 71500 Bruailles

Pour toute information supplémentaire : 03 85 60 40 33 ou infos@terre-du-ciel.fr

4 pages

Formation en Ayurvéd

avec le Dr Kuldeep Solanki

sous la supervision du Dr Partap Chauhan

Stage préalable nécessaire

« Pratique de l'Ayurvéd »

Ce stage a eu lieu en été 2010.

Vous devez l'avoir suivi pour suivre cette formation.

Devenez
« Conseiller de santé ayurvéd »

Cette formation peut être entreprise à titre personnel pour acquérir une connaissance solide de ce véritable art de vivre qu'est l'ayurvéd, ou à titre professionnel pour nourrir toute autre pratique de santé, ou en prévision d'exercer ensuite en « Conseiller de santé ayurvéd ».

Cette formation est conduite par le Dr Kuldeep Solanki sous la direction du Dr Partap Chauhan. Le Dr Kuldeep Solanki a animé la première formation en ayurvéd qui s'est déroulée en 2009-2010.

Elle se déroule en 3 modules de 5 jours au Domaine de Chardenoux, et 2 semaines en Inde, dans la clinique du Dr Chauhan, pour y acquérir de « la pratique ».

Avoir participé à un stage *Pratique de l'ayurvéd* qui donne les bases théoriques et pratiques est un pré-requis indispensable. Chaque module fournira des éléments théoriques et des éléments pratiques. Et durant chaque stage, même notre mode de vie et notre nourriture emprunteront beaucoup à l'ayurvéd.

Module 1 – du 14 au 19 novembre 2010 – *Approfondissement des fondamentaux de l'ayurvéd.*

Tous les principes de base vus lors du stage *Pratique de l'ayurvéd* seront approfondis, et d'autres seront étudiés. Il s'agira de :

- Comprendre l'utilisation pratique des *dosha*, *agni*, *srota*, *mala* et *dhatu* ;
- Comprendre *prakriti* et *vikriti* ;
- Installer une routine quotidienne et des régimes saisonniers ;
- Équilibrer alimentation et mode de vie en réponse aux problèmes courants.

Les travaux pratiques incluront le massage ayurvédique du corps et le massage crânien, une série d'exercices physiques de base.

Module 2 – du 16 au 21 janvier 2011 – Il s'agira de :

- Comprendre la maladie et connaître - et pratiquer - les procédures de diagnostic. Cela inclut la consultation des personnes, la prise de pouls, la connaissance des maladies et de leurs symptômes, les pathologies et les remèdes-maison pour les soulager.
- Les travaux pratiques couvriront les méthodes de purification des 5 sens et la relaxation du mental.

Module 3 – du 27 mars au 1^{er} avril 2011

L'ayurvéd sera abordé comme « art de vivre en santé », c'est-à-dire « médecine préventive ». Seront vus :

- L'ayurvéd et la diététique, l'étude des 6 saveurs et leur rôle dans la manifestation de la maladie et dans son traitement ;
- Les plantes et épices principales utilisées en ayurvéd, et leur rôle dans le processus de guérison ;
- La notion de beauté en ayurvéd, et ses approches ;
- Le programme comportemental « jivananda-ayurvéd ».

Les travaux pratiques seront surtout consacrés à la cuisine ayurvédique et à des recettes curatives.

Module 4 en Inde – Dans la clinique du Dr Chauhan de Faridabad près de Delhi : deux semaines de pratique intensive en assistantat d'un médecin dans l'exercice de son métier.

- Sont inclus :
- 5 h de formation sur le terrain auprès d'un médecin chaque jour, pendant 12 jours ;
 - 2 traitements ayurvédiques par semaine ; - 1 cours de hatha yoga quotidien ;
 - 1 jour de break à Vrindavan, ville sainte de l'Inde.
 - Logement dans la clinique, repas ayurvédiques végétariens.

Modalités d'inscription

Conditions : Avoir un profond intérêt pour cet art de la santé millénaire de l'ayurvéd et avoir suivi le stage *Pratique de l'ayurvéd* qui donne les premières bases de la formation.

Nous adresser un bulletin d'inscription (voir page 4) en joignant un acompte de 300 € + 25 € de droits d'inscription à l'Université TERRE DU CIEL (période du 01/10/2010 au 30/09/2011) - Ordre du chèque : TERRE DU CIEL.

Coût de la formation : 1 200 € les 3 modules de 5 jours. Le solde sera à régler lors du 1^{er} module et pourra s'effectuer en plusieurs chèques à encaissement différé.

+ Pension (prix variable selon le mode d'hébergement choisi) se paie sur place à chaque fois : Tarif en page 2.

• **Module 4 en Inde** – Le module 4 en Inde pourra se faire à toute époque, par petits groupes de 6 à 8 personnes. Son coût : de l'ordre de 1200 € tout compris + billet d'avion. Ces divers détails seront précisés en cours de formation.

Lieu :

Domaine de Chardenoux,
71500 Bruailles
pour les 3 modules de 5 jours :
arrivée le dimanche à partir de 18 h et
fin du programme le vendredi à 17 h.

Diplôme

La formation complètement suivie, avec réussite aux tests pédagogiques, donne droit à un diplôme de « Conseiller de santé ayurvéd » qui sera signé par le Jiva Institute du Dr Chauhan.



Dans un beau cadre de verdure aux arbres séculaires, le Domaine de Chardenoux offre une structure d'accueil particulièrement adaptée à la vie d'un groupe de pratique et d'étude. Il permet aussi des temps de solitude et de contemplation avec son parc de 20 hectares composé pour moitié de bois, pour moitié de prés et champs - avec un petit étang. C'est dans ce lieu qu'est installé TERRE DU CIEL depuis 1999.



Hébergement

L'hébergement et les repas accompagnent le travail du stage, et sont conçus dans la simplicité et le partage.

Hébergement disponible tout au long de l'année :

chambre seule (en nombre restreint)
au Château ou dans la maison Les Tilleuls
 (sanitaires à l'extérieur des chambres)

chambre à 2 lits
au Château ou dans la maison Les Tilleuls
 (sanitaires à l'extérieur des chambres)

chambre à plusieurs
chambre à 3/4 ou 5 lits au Château
et le dortoir le Paddock, espace plein de charme pour 5 à 7 personnes (exceptionnellement 9), avec sanitaires à l'intérieur. Ce dortoir est mis en circulation à partir d'un certain nombre de personnes.

+ Hébergement disponible au printemps et en été :

- **petites chambres individuelles** - les Kellias - aménagées dans un bâtiment voisin pour ceux et celles qui choisissent la solitude dans la simplicité - bloc sanitaire à proximité.
- **chalets pour 1 ou 2 personnes** avec bloc sanitaire à proximité - dans les bois. Pour les amoureux de la nature.
- **camping**, avec bloc sanitaire à proximité - tente et matelas non fournis. Le camping n'est possible qu'à la belle saison.
- Tous les lits sont équipés de draps et couvertures, sauf pour le camping.
- Serviettes de toilette non fournies.

Tarif pension 2010-2011	
mode hébergement	2010-2011
• Chambre à 3/4 ou 5 ou Dortoir Paddock	235 €
• Chambre à 2 Château, Tilleuls, chalet	275 €
• Chambre seule Château, Tilleuls, Kellia, chalet	330 €
• Camping (apporter tente et couchage)	210 €

Chambres individuelles (nombre limité) : attribuées par ordre d'inscription.

Les prix sont indiqués **par personne** et incluent :

- **la pension complète** – nuits et repas - du repas du dimanche soir au vendredi 17h.
- un espace pause boissons chaudes - fruits en **libre service** toute la journée.

Enfants - Sauf dans certains programmes où cela est signalé, le Domaine n'est pas organisé pour accueillir les enfants.



Quand arriver

Sauf mention contraire (notifiée dans le libellé du stage), l'accueil se fait :

le dimanche à partir de 18h

- repas à 19 h 30.

Il est important d'être présent dès le premier soir, car une réunion a lieu entre l'intervenant et les stagiaires après le dîner.

Comment arriver

Le Domaine de Chardenoux est à 8 km de Louhans, sous-préfecture de Saône-et-Loire, en Bresse bourguignonne, à égale distance de Chalon-sur-Saône et de Bourg-en-Bresse, ou de Lons-le-Saunier et Tournus.

Par route :

Le Domaine de Chardenoux est très facile d'accès par la route ; il se trouve sur la départementale qui relie l'autoroute A 39 (au niveau de la sortie n° 9 « Cuiseaux ») à Louhans. Un plan vous sera envoyé avec la confirmation de votre stage.

Par train :

- **Pour une arrivée le dimanche** : une navette gratuite est prévue en fin de journée en gare de **Louhans** (Saône-et-Loire) le dimanche. Cela permet aux personnes venant de Paris, Lyon, Genève, du Sud (Avignon, Valence) de voyager en TGV direct jusqu'à Bourg-en-Bresse puis d'emprunter le TER du dimanche en direction de Louhans.

Correspondance également possible à partir de Dijon.

Horaires confirmés avec l'inscription.

Quand partir

• le stage se termine le vendredi à 17h.

Le retour en gare de Louhans en fin de stage se fait par co-voiturage entre stagiaires. (Ou navette selon disponibilité - avec participation aux frais)

Autres informations

- * Un point téléphone à carte est à votre disposition.
- * Tous les bâtiments sont non-fumeurs – possibilité de fumer à l'extérieur dans un espace « fumoir ».
- * Les animaux (chiens, chats...) ne sont pas admis dans le Domaine.
- * Une librairie tient à votre disposition la plupart des livres écrits par les intervenants et un grand choix d'ouvrages sur les thèmes des stages.

Pensez à nous prévenir pour les navettes

Par téléphone au 03 85 60 40 33 (horaires de bureau) ou en indiquant sur votre feuille solde.

Si, pour une raison importante, vous n'avez l'information que la veille de votre stage, après la fermeture des bureaux de l'Université Terre du Ciel, appelez au 03 85 74 88 80 (accueil stages de Chardenoux).

Pensez au co-voiturage

Pour cela, un site est spécialement dédié aux participants de Terre du Ciel :

www.terreciel.tribu-covoiturage.com

Domaine de Chardenoux

71500 Bruailles

tél. 03 85 60 40 33 - fax 03 85 60 40 31

e-mail : infos@terre-du-ciel.fr

site : www.terre-du-ciel.fr

Évaluer le coût du stage : vous additionnez stage + pension + inscription

- Le prix du **stage** se trouve dans son descriptif.
- Le prix « **pension** » est indiqué dans le descriptif du lieu.
- Une **inscription annuelle** à l'Université Terre du Ciel de 25 € est demandée pour l'année en cours (01/10/2010 - 30/09/2011) pour toute personne s'inscrivant à un programme. Cette inscription couvre les frais de dossier, assurance, envoi régulier des programmes.

Le total est alors un **tout compris** (avec draps fournis sur tous les sites - les serviettes de toilette ne sont pas fournies).

Pour vous inscrire

- 1** Toute inscription n'est prise en compte qu'accompagnée **d'un acompte de 50 % du prix du stage** (sans la pension) + l'inscription à l'Université TERRE DU CIEL de 25 € pour la période 01/10/2010 au 30/09/2011 (si vous n'êtes pas déjà inscrit).
- Si vous payez par Carte Bancaire, vous pouvez nous faxer ce bulletin au **03 85 60 49 98** ou - en cas d'inscription tardive - vous pouvez nous appeler au **03 85 60 40 33**. **Attention** : toute inscription par téléphone implique que vous ayez pris connaissance de nos modalités d'inscription et que vous les acceptiez – y compris nos conditions d'annulation.
- 2 Reçu** : joindre à votre inscription une enveloppe timbrée si vous désirez un reçu de votre inscription.
- 3 Confirmation de votre stage** : nous essayons de confirmer les stages un mois environ avant leur début, mais nous sommes amenés de plus en plus à les confirmer tardivement car les inscriptions arrivent tardivement. **Une confirmation tardive ne peut être en aucun cas cause d'annulation de votre part**. Vous pouvez toujours nous appeler. La confirmation est accompagnée du plan d'accès de votre stage.
- 4 Solde** : Le solde de votre stage sera à régler au plus tard 15 jours avant le début de votre stage selon les modalités que nous indiquerons dans notre courrier de confirmation, **mais ne sera encaissé qu'au début de votre stage**. En cas de non-versement du solde dans les délais, les places ne sont plus réservées et pourront être données à des personnes en liste d'attente.

Annulation

Merci de lire avec attention

En cas d'annulation de stage, ou de semaine Ressourcement / Chantier, de notre part (très exceptionnel), l'intégralité de la somme versée vous sera remboursée.

En cas d'**annulation écrite** de votre part (y compris si vous vous êtes inscrit par téléphone) :

- **plus de 1 mois** avant le début du stage ou de la semaine Ressourcement / Chantier, le droit d'inscription de 25 € sera conservé par TERRE DU CIEL, ainsi qu'une somme forfaitaire de 40 € pour frais administratifs, le reste vous sera retourné ;

- **moins de 1 mois** avant le début du stage, l'acompte sera conservé par TERRE DU CIEL ;

- **après versement du solde**, la moitié de votre règlement total vous sera remboursée - si l'annulation nous parvient par écrit au moins 72 h avant le début du stage ou de la semaine Ressourcement / Chantier.

Tous les dossiers d'annulation seront régularisés par notre secrétariat dans le mois qui suit votre annulation.

- **Tout stage ou semaine Ressourcement / Chantier, démarré puis interrompu** du fait du participant, pour quelque raison que ce soit, ne donne droit à aucun remboursement.

Bulletin d'inscription Formation Ayurvéda 2010-2011

à renvoyer à **Terre du Ciel - Domaine de Chardenoux - 71500 Bruailles**
ou à faxer au 03 85 60 49 98

NOM _____ **PRÉNOM** _____

E-mail _____

Je désire m'inscrire à la lettre Terre du Ciel d'information mensuelle que je recevrai par mail (adresse mail ci-dessus)

ADRESSE _____

Code Postal _____ **VILLE** _____

PAYS _____

TEL _____ **Portable** _____

FAX _____

SEXE _____ **AGE** _____ **PROFESSION** _____

Je désire m'inscrire à la Formation Ayurveda 2010-2011.

hébergement choisi :

- 3/4 (5) lits ou dortoir Le Paddock
- 2 lits aux Tilleuls ou Château
- chambre seule Tilleuls, ou Château

Je joins 300 € d'acompte

+ 25 € par personne pour inscription à l'Université TERRE DU CIEL (si non-inscrit)

Suis déjà inscrit(e) à l'Université TERRE DU CIEL pour l'année en cours (01/10/2010 - 30/09/2011)

soit un total de

_____ €

chèque à l'ordre de TERRE DU CIEL (si chèque étranger, ajouter 19 € pour frais bancaires)

par virement bancaire à Terre du Ciel - Banque Crédit Coopératif - Lyon Saxe

103 avenue du Maréchal de Saxe 69423 Lyon cedex 03

N° international IBAN FR76 4255 9000 1121 0065 8400 521 - Code BIC CCOPFRPPXXX

mandat international de versement (joindre photocopie)

paiement par carte bancaire (Visa ou Mastercard)

n° de carte : | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

date expiration : | | | |

Important - bien indiquer le cryptogramme visuel, **les trois derniers chiffres** apparaissant sur le panneau signature au **verso** de votre carte bancaire.

| | |

signature :

Attention : La confirmation vous est adressée 1 mois environ avant le stage. Si vous souhaitez recevoir un avis de réception avant ce délai, nous adresser une enveloppe timbrée à vos nom et adresse.