

Séminaire d'études au Sri Lanka

« La médecine Ayurvédique »

du 17 au 30/11/2019



Ce séminaire propose de découvrir la médecine Ayurvédique et de l'expérimenter sur soi au travers de différents soins personnalisés

Des séances de yoga et de méditation quotidiennes ainsi que des ateliers culinaires accompagneront cette découverte

Un petit périple nous permettra de découvrir l'île et le mode de vie de ses habitants de Negombo à Beruwela, Kandy et Sirigiya (triangle d'or)

Accompagnatrice : Nathalie Leconte, médecin, porteuse du projet.

Intervenants : Dr Kusum Ranathunga, médecin ayurvédique, rhumatologue
Dr Sudath Goonatilake, médecin ayurvédique

Prasanth Nadeeshan, ayurveda thérapeute.

Coût: 2300 euros hors aérien

Déductibles en frais professionnels

Programme du séminaire d'études au Sri Lanka
« La médecine ayurvédique »
du 17 au 30/11/2019

J0-J1 16 et 17/11 Voyage France Colombo. Installation chez le Dr Kusum pour 3 nuits.

Réunion et dîner de présentation

J2 et J3, 18 et 19/11 : Séjour chez le Dr Kusum, les fondamentaux de la médecine ayurvédique. Apport théorique et un soin personnalisé par jour pour chacun.

J4 20/11 : Transfert à Beruwela sur la côte ouest. Installation au Laluna eco resort dans la nature pour 6 nuits.

Découverte de la mangrove en bateau

J5 à 9 du 21 au 25/11 : 5 jours de formation aux massages ayurvédiques au Laluna eco resort

yoga, méditation, cours de cuisine traditionnelle

J10 26/11 : Transfert à Sirigiya

En chemin visite d'un temple et ascension du Pidurangala rock

Installation au nature Park villa pour 4 nuits

J11 : 27/11 : Visites des temples de Dambulla et de Kandy

J12 28/11 : Visite du parc de Minneriya à la rencontre des éléphants

Soin ayurvédique à Aathreya ayurvedic center

J13 29/11 : Visite d'une plantation de thé, randonnée

J14 30/11 : Retour sur Negombo. En chemin visite du marché de Dambulla

Vol retour pour la France. Arrivée en France le J16 le 1/12



Association Corps et Rivages
www.corpsetrivages.fr
associationcorpsetrivages@gmail.com

Fiche pratique
Séminaire d'études au Sri Lanka
« La médecine Ayurvédique »
du 17 au 30/11/2019
Informations pratiques

Budget : Le prix comprend l'hébergement en chambre double en pension complète sauf à Sirigiya (demi pension les J 10 à 14)), les transferts et les ateliers décrits dans le programme, l'adhésion à l'association Corps et Rivages.

Ne comprend pas le vol France-Negombo, un repas par jour à Sirigiya, les boissons, les frais de visa et d'assurance, les dépenses personnelles.

Formalités: Visa à se procurer auprès de l'ambassade du Sri Lanka (Visa électronique par internet procédure très simple)

Une assurance assistance, rapatriements, frais médicaux est obligatoire.

Santé : Vaccinations habituelles, hépatite A et B recommandées
Voir toutes les informations sur le site du ministère des affaires étrangères/Sri Lanka/ rubrique santé

Public : Cette formation s'adresse aux soignants et à toute personne intéressée par le sujet. Pas de difficultés particulières pour ce séminaire. Si vous n'avez jamais participé à un séminaire organisé par Corps et Rivages, merci de bien vouloir nous contacter par mail afin de nous assurer que ce séminaire correspond bien à vos attentes.

[Association Corps et Rivages](http://www.associationcorpsetrivages.fr)
[associationcorpsetrivages@gmail](mailto:associationcorpsetrivages@gmail.com)
06.60.83.80.47
www.corpsetrivages.fr





Fiche d'inscription

Séminaire d'études au Sri Lanka La médecine ayurvédique

Du 17 au 30/11/2019

Fiche d'inscription

Coordonnées

NOM et Prénom :

Profession :

Adresse postale :

Code Postal : Commune :

Téléphone : Portable :

Courriel :

Date de naissance : .../.../.....

Formalités administratives et sanitaires, sécurité

- Passeport en cours de validité et valable 6 mois après le retour, visa obligatoire (evisa).

Vaccinations habituelles, hépatite A et B conseillées

Une assurance individuelle rapatriement, frais de secours et frais médicaux est obligatoire (avec votre carte bancaire lors de l'achat du billet d'avion ou auprès de votre assureur habituel).

Nous vous recommandons de consulter le site du ministère des affaires étrangères/ conseils aux voyageurs : www.diplomatie.gouv.fr ; conseils aux voyageurs/ Sri Lanka.

Conditions de participation : Ce séminaire est destiné aux soignants et à toute personne intéressée par le sujet.

Le programme du séminaire débute le dimanche 17 novembre à votre arrivée à Negombo et se termine le samedi 30 novembre 2019 à Negombo.

Le participant doit s'assurer que sa condition physique est adaptée au séminaire envisagé et qu'il est en règle avec les formalités administratives du pays concerné.

Si vous n'avez jamais participé à un séminaire organisé par Corps et Rivages, merci de nous contacter par mail afin de nous assurer que ce séminaire correspond bien à vos attentes.

En cas de désistement , les sommes engagées seront restituées déduction faite de:

- A plus de 90 jours du début du séminaire : Forfait de 150 euros
- De 90 à 61 jours du début du séminaire 30 % du prix total du séminaire
- De 60 à 31 jours du début du séminaire 50 % du prix total du séminaire
- De 30 à 15 jours du début du séminaire 75 % du prix total du séminaire
- De 14 à 0 jours du début du séminaire 100 % du prix total du séminaire.

Pour l'aérien, les conditions d'annulation seront celles de la compagnie aérienne que vous aurez choisie .

Le Dr. Nathalie Leconte accompagnera le séminaire et apportera ses compétences en tant que formatrice/facilitatrice en anthropologie,

Une assurance individuelle rapatriement, frais de secours et frais médicaux est obligatoire. Une copie de votre attestation devra être conservée sur vous pendant tout le séjour.

Coût global : 2300 euros sans le vol international

Le Prix comprend l'hébergement en chambre double en pension complète sauf un repas par jour à Sirigiya (Demi pension J 10 à 14), les transferts, le programme de travail, l'adhésion à l'association Corps et Rivages, ne comprend pas le transport aérien international, les boissons et dépenses personnelles, un repas par jour à Sirigiya (J 10 à 14), les frais de visa et d'assurance.

Paiement par chèques à l'inscription, **à l'ordre de l'association Corps et Rivages**

Un chèque d'un montant de 400 euros encaissable à réception

Un chèque d'un montant de 950 euros encaissable le 17/08/2019

Un chèque d'un montant de 950 euros encaissable 17/10/2019

à envoyer par courrier à **Nathalie Leconte, 16 rue du Parc 11120 Saint Nazaire d'Aude**

Vous pouvez envoyer le bulletin de participation par mail à associationcorpsetrivages@gmail.com et les chèques par courrier.

Processus de validation de votre participation :

Votre inscription, pour être prise en compte doit être accompagnée :

³⁵/₁₇ Du bulletin d'inscription rempli et signé

³⁵/₁₇ Des 3 chèques de règlement tels que décrits ci-dessus

Votre inscription fera l'objet d'une confirmation par mail vous indiquant la bonne réception des documents.

Besoin de plus d'informations ? Contactez-nous par email à : associationcorpsetrivages@gmail.com

Je soussigné(e) atteste avoir pris connaissance des conditions de participation et souhaite m'inscrire au séminaire « La médecine ayurvédique au Sri Lanka » du 17 au 30/11/2019.

J'atteste avoir pris connaissance du caractère obligatoire d'une assurance personnelle rapatriement , frais de secours, frais médicaux.

Date et Signature précédées de « Bon pour accord ».