

RIVIERA MAYA, Mexique

Perdre sans se perdre et grandir !

21 avril – 28 avril 2012
8 jours / 7 nuits

Hors du quotidien, dans un décor de cartes postales, Suzanne Bernard PH.D vous convie à un voyage de guérison et de croissance.

Tout au long de notre passage sur terre, nous sommes appelés à vivre des pertes, des deuils, des détachements de tout ordre. Ceux-ci sont très souvent source de grandes souffrances. Cependant, tel un alchimiste, vous pouvez transformer cette souffrance en gain. En étant guidé, le processus de

guérison peut commencer et c'est vers cette croissance que vous serez accompagnés. Étape par étape, le mieux-être s'installe pour que, finalement, l'épreuve devienne richesse intérieure.

Fortement inspirée de Jean Montbourquette dont elle a suivi l'enseignement, Suzanne Bernard est profondément convaincue que :



C'est dans la traversée de ses deuils que l'on découvre le meilleur de soi-même.



Jour 1

samedi 21 avr.

QUÉBEC - CANCUN

Vol entre **Québec** et **Cancun**. Transfert en autocar vers **Riviera Maya** (35 kms). Installation dans les chambres de votre hôtel **Ocean Maya Royal 5***. Reste de la journée libre pour découvrir la station balnéaire, profiter de la plage et relaxer.

Jour 2

dimanche 22 avr.

RIVIERA MAYA

En matinée, atelier proposé par Suzanne sur le site : « *Perdre : mort, séparation, maladie ... Pourquoi est-ce si difficile ?* »

Dîner sur place. Après-midi libre.

Possibilité de participer à une activité organisée par l'hôtel.

Jour 3

lundi 23 avr.

RIVIERA MAYA

En matinée, atelier proposé par Suzanne sur le site : « *Les conseils de l'entourage, ça aide ou pas ?* »

Dîner sur place. Après-midi libre.

Possibilité de participer à une activité organisée par l'hôtel.

Jour 4

mardi. 24 avr.

RIVIERA MAYA

En matinée, atelier proposé par Suzanne sur le site : « *Pour ne pas trop se perdre, il s'agit de ...* »

Dîner sur place. Après-midi libre.

Possibilité de participer à une activité organisée par l'hôtel.

Jour 5

mercredi 25 avr.

RIVIERA MAYA

Ce matin, en compagnie de notre guide locale francophone Mimi, route pour la découverte de l'un des sites archéologiques les plus importants et les plus visités de la région, Chichén itzá. Cette ancienne ville Maya, une des sept merveilles du monde était le principal centre religieux du Yucatán. Baignade dans une cenote. Dîner aux couleurs locales. En après-midi, visite et temps libre à Valladolid, merveilleuse ville coloniale.

**Jour 6**

jeudi 26 avr.

RIVIERA MAYA

En matinée, atelier proposé par Suzanne sur le site : « *Surprenant, mais le deuil peut avoir une fin !* »

Dîner sur place. Après-midi libre.

Possibilité de participer à une activité organisée par l'hôtel.

Jour 7

vendredi 27 avr.

RIVIERA MAYA

En En matinée, atelier proposé par Suzanne sur le site : « *Et si perdre aidait à grandir ... à être plus en paix avec soi-même et les autres !* »

Dîner sur place. Après-midi libre.

Possibilité de participer à une activité organisée par l'hôtel.

Jour 8

samedi 28 avr.

RIVIERA MAYA

Transfert de **Riviera Maya** vers l'aéroport de **Cancun** pour prendre votre avion à destination de Québec.



VOTRE HÔTEL OCEAN MAYA ROYALE 5*, Riviera Maya

Pour votre confort : ce complexe de catégorie supérieure offre 320 chambres avec climatisation, 1 très grand lit ou 2 grands lits, salle de bain avec douche, sèche-cheveux, télévision, minibar, cafetière/théière, coffret de sûreté, fer à repasser, balcon ou terrasse.

Services et activités inclus : tous les déjeuners, dîners et soupers (restaurants dont 3 à la carte), boissons locales et sélection de boissons internationales à volonté, 2 piscines, service aux chambres de 11h à 22h, collations 24 h (café, casse-croûte), bars (dont un dans la piscine), jacuzzi, lits soleil, sports nautiques non motorisés, initiation à la plongée sous-marine dans la piscine, activités quotidiennes, salle de culture physique, aérobie, tennis, Internet sans fil dans le hall, service de repassage, musiciens et spectacles de soirée.

Petits Extras (\$) : spa, boutique de souvenirs, salon de beauté, service de buanderie, assistance médicale, bureau de change, salles de réunion et de conférence, Internet sans fil dans les chambres.



Tel : (514) 374-7965

www.spiritours.com

info@spiritours.com



INFORMATIONS GÉNÉRALES

Docteure Suzanne Bernard, thérapeute du deuil depuis plus de 20 ans, elle accueille en bureau privé des personnes qui vivent un divorce, un décès ou toute autre perte affective.

Elle effectue également des formations et conférences au Québec et à l'étranger sur les thèmes du deuil, des pertes émotives et le bien vieillir.

Réalisations :

Livres « *Et si la mort m'aidait à vivre ?* » « *Perdre sans se perdre* ».

Cédérom « *Perdre sans se perdre* ».

Dates du voyage : 21 – 28 avril 2012.

Prix du voyage : 1 733 \$ / pers. Supplément chambre individuelle : 325 \$

Le prix du voyage comprend : vols Québec – Cancun, 7 nuits en hôtel 5* en pension complète, les transferts en autocar selon programme, une journée d'excursion avec dîner et guide francophone et toutes les taxes (incluant la taxe de fonds d'indemnisation de l'OPC).

Prix des ateliers animés par Suzanne Bernard (en sus) : +200 \$ / pers.

Date limite d'inscription : 17 février 2012

Nombre de participants : minimum 10, maximum 20

Pour vous inscrire : Remplir et retourner la fiche d'inscription ci-jointe avec un premier versement de 500\$. Il faut s'inscrire le plus tôt possible car le nombre de participants est limité. Une assurance-voyage est fortement recommandée, à payer au moment du versement initial.

Documentation requise : Depuis le 1^{er} mars 2010, les citoyens canadiens, y compris ceux qui possèdent la double nationalité, doivent présenter un passeport valide pour entrer au Mexique. Les Canadiens qui se présentent à la douane mexicaine sans passeport valide seront renvoyés au Canada. (extrait du site Web : Affaires Étrangères et Commerce International Canada).



FORMULAIRE D'INSCRIPTION

DESTINATION : MEXIQUE **DEPART :** samedi 21 avril 2012 **RETOUR :** samedi 28 avril 2012
PRIX VOYAGE / pers. : 1733 \$ **SUPPLÉMENT POUR CH. INDIVIDUELLE :** 325 \$

MR/MME/MLLE **NOM :** _____ **PRÉNOM :** _____

Important : les noms et prénoms doivent être identiques à ceux inscrits dans le passeport

DATE DE NAISSANCE : _____

ADRESSE : _____

TEL (résidence) : _____ **TEL (travail) :** _____ **CELL :** _____

COURRIEL : _____

PASSEPORT : _____ **DATE D'EXPIRATION :** _____

OCCUPATION DÉSIRÉE* : () chambre individuelle (+ 325 \$) () chambre double
* selon disponibilités () chambre à partager (Nom à préciser : _____)

INFORMATIONS PERSONNELLES :

Personne à contacter en votre absence : _____ Tel : _____

Allergies ou restrictions alimentaires : _____

Conditions médicales particulières : _____

Où avez-vous entendu parler de Spiritours/Voyages Momentum : _____

ASSURANCES VOYAGES CROIX BLEUE - veuillez mettre vos initiales à côté de l'option choisie

Prix indiqués par pers. / âge	Garantie soins médicaux d'urgence _____	Forfait plus _____ (garantie soins d'urgence, annulation pour 1,800 \$ et bagages jusqu'à 1,500\$)	Forfait plus sans soins médicaux _____ (garantie annulation pour 1,800 \$ et bagages jusqu'à 1,500\$)	Je ne désire pas d'assurance-voyage _____
0 à 34 ans	36 \$	129.06 \$	105.66 \$	
35 à 60 ans	45 \$	129.06 \$	105.66 \$	
61 à 65 ans	51 \$	146.41 \$	111.31 \$	
66 à 70 ans	57 \$	175.94 \$	120.14 \$	

N.B. Si vous avez 71 ans et plus vous devez nous contacter pour établir votre prime.

Votre signature signifie que vous avez lu les conditions générales de Voyages Momentum et que vous les acceptez.

Date : _____

Signature : _____

A envoyer à l'adresse suivante : Spiritours, 1695 Boulevard St-Joseph Est, Suite 100, Montréal, Québec, H2J 1N1.

Ne pas oublier d'inclure votre chèque de dépôt de 500\$ (+ assurances si nécessaire) à l'ordre de Spiritours.

Nous vous suggérons fortement d'inclure aussi un chèque postdaté au 20 Septembre 2011 pour la balance.

Tel : (514) 374-7965

www.spiritours.com

info@spiritours.com



CONDITIONS GÉNÉRALES

Dépôt et paiement

Un dépôt de 500\$ par personne est requis au moment de votre réservation ainsi que la prime d'assurance-annulation si désiré. Le solde devra être payé au complet au moins 60 jours avant le départ. En cas de retard pour le paiement final, notez que la réservation sera automatiquement annulée entraînant les frais d'annulation sous-mentionnés.

Frais d'annulation

Jusqu'à 60 jours avant le départ : 500\$ de pénalité

A moins de 60 jours avant le départ : aucun remboursement

Changement de nom : jusqu'à 300\$ de pénalité, selon les conditions du transporteur. À moins de 60 jours, toute modification sera considérée comme une annulation.

Voyages Momentum se réserve le droit d'annuler un voyage si le nombre de participants n'est pas atteint à la date limite ou de changer les dates au besoin. Dans le cas où Voyages Momentum décidait d'annuler le voyage, un remboursement complet représentera le règlement définitif envers le passager. Voyages Momentum ne saurait être tenu d'intervenir lors de difficultés entre les autorités d'un pays et un membre du groupe qui ne se serait pas conformé aux lois, coutumes, règlements et traditions du pays d'accueil.

Assurances

Les voyageurs sont invités à se procurer une assurance-annulation dans l'alternative où, pour des raisons majeures (maladie, blessure ou décès survenant à eux-mêmes ou à un membre de leurs proches) ils devaient annuler leur voyage avant le départ ou modifier l'itinéraire en cours de route. De plus nous recommandons fortement de prendre une assurance-médicale. Le coût des assurances n'est en aucun cas remboursable. Les voyageurs doivent prendre connaissance dans leur contrat d'assurance de la nature de la garantie, des risques assurés, des exclusions, limitations et réductions de garanties, ainsi que des procédures de résiliation que contient le produit d'assurance.

Réclamation

Vous devez aviser le représentant de Voyages Momentum le plus rapidement possible de toute réclamation éventuelle. À l'étranger, vous devez immédiatement communiquer avec votre accompagnateur ou auprès de la direction de l'hôtel afin que la situation puisse être corrigée.

Prix indiqués

Sauf en cas d'indication contraire, tous les prix sont en dollars canadiens. Ces prix sont sujets à changement sans préavis au moment ou avant le temps du paiement final. Un changement peut survenir suite à la dévaluation du dollar canadien ou de l'augmentation du coût du pétrole...etc.

Responsabilité de Voyages Momentum

Voyages Momentum ne peut être tenu responsable des actes, oublis, erreurs ou événements, pertes, dommages ou accidents durant le voyage, ainsi que des retards ou annulation dus à une compagnie de transport. Voyages Momentum ne peut être tenu responsable de quelque dommage subi par le voyageur pour maladie, blessure, perte, incommodité ou anxiété. Voyages Momentum décline également toute responsabilité quant à tout dommage découlant d'un acte gouvernemental, de troubles politiques, grèves, actes fortuits. Voyages Momentum n'effectuera aucun remboursement quelles que soient les circonstances d'un retour prématuré ou d'une partie non-complétée, ni pour les services non-utilisés par les voyageurs. La responsabilité de Voyages Momentum découlant du défaut de fournir un service ou un avantage décrit dans le présent document est limitée au coût de tel service ou avantage.

Responsabilité du voyageur

Le voyageur s'engage à accepter toute directive raisonnable relative au forfait émis alors que le passager est à l'étranger. Dans le cas où un passager aurait une conduite préjudiciable aux autres voyageurs ou aux fournisseurs de services, et qui persiste dans sa conduite malgré un avertissement formel du fournisseur de services et/ou de son représentant, le passager sera expulsé du groupe et devra assumer tous les frais occasionnés par sa conduite y compris tous les frais supplémentaires que le passager devra déboursier pour son hébergement, nourriture et transport.

FORMULE D'EXCLUSION DUES AUX CONDITIONS PRÉEXISTANTES

Afin d'être admissible à l'assurance médicale de la CROIX BLEUE, veuillez compléter le formulaire suivant :

EXCLUSION 1 : Au cours des 3 mois précédant la date de *prise d'effet de la couverture**, avez-vous pour une maladie ou blessure :

1. été hospitalisé ? Non Oui
2. eu un changement de posologie dans votre médication existante ? Non Oui
3. eu un changement dans un traitement existant ? Non Oui
4. consommé de la nitroglycérine pour une condition cardiaque plus d'une fois dans une période de 7 jours pour le soulagement de la poitrine ? Non Oui
5. été traité avec de l'oxygène à domicile ou eu recours à la corticothérapie
Pour une condition pulmonaire ? Non Oui
6. consulté un médecin (sauf pour un examen de routine) ? Non Oui
7. reçu un nouveau traitement ou vous en a-t-on prescrit un ? Non Oui
8. reçu une nouvelle prescription ou consommé un nouveau médicament ? Non Oui

Si OUI, spécifiez la Condition : _____

Cette condition est exclue de la couverture.

Cette condition n'est pas couverte. Nous vous offrons la possibilité de faire remplir un questionnaire médical par votre médecin traitant. Si le questionnaire médical est **ACCEPTÉ** par la Croix Bleue, cette condition sera **COUVERTE**.

IMPORTANT

Pour l'assurance médico-hospitalière, veuillez noter que dans le cas où une maladie se déclare entre la date de l'achat de l'assurance et le départ du voyage, cette maladie ne sera pas couverte pendant le voyage.

Signature du Client : _____ Date : _____

Compléter la partie suivante SEULEMENT dans le cas où l'une de vos réponses est OUI.

NOM: _____

NUMÉRO DE TÉLÉPHONE (RÉSIDENCE) : _____

* *Prise d'effet de la couverture*

1. Assurance médico-hospitalière et assurance forfait régulier: la date de départ du voyage
2. Assurance annulation ou interruption de voyage : la date d'adhésion au contrat.

ASSURANCE HOSPITALISATION

Pour être admissible à cette assurance, il faut être résident canadien et être bénéficiaire au sens de la Loi sur l'assurance-maladie du Québec.

Pour adhérer à cette assurance vous devez obligatoirement remplir la formule d'exclusion due aux conditions préexistantes et le retourner avec votre paiement.

Voici un résumé de ce que l'assurance médico- hospitalisation couvre* :

- Frais hospitaliers jusqu'à \$5,000,000
- Médicaments (lorsque prescrits dans le cadre d'un traitement d'urgence)
- Soins dentaires par suite d'un traumatisme externe (jusqu'à \$2,000)
- Service d'ambulance
- Rapatriement
- Allocation de subsistance (jusqu'à \$3,000)

*Pour connaître avec précision ce qui est couvert veuillez demander au responsable du voyage de vous fournir le contrat d'assurance voyage

ASSURANCE ANNULATION

Cette assurance vous donne droit à un remboursement complet pour toutes sortes de situations pouvant arriver et qui pourraient vous empêcher de partir.

Voici un résumé de ce que l'assurance annulation couvre* :

Votre voyage sera remboursé si vous vous voyez obligé d'annuler votre départ ou d'interrompre ou de prolonger votre voyage après qu'il ait commencé, à la suite de :

- Maladie, hospitalisation, lésions corporelles ou décès
- Mise en quarantaine
- Sinistre qui rend inhabitable la résidence principale
- Retard en raison d'une panne mécanique de la voiture, du mauvais temps, d'un accident de la route ou d'un barrage routier ordonné par la police en cas d'urgence
- Événement dans le pays de la destination du voyage qui incite le gouvernement du Canada à émettre une recommandation selon laquelle les citoyens canadiens ne devraient pas voyager à l'intérieur de ce pays pour une période couvrant le voyage assuré. L'adhésion à l'assurance doit avoir lieu avant que la recommandation gouvernementale ne soit divulguée
- Refus de la demande de visa (certaines conditions s'appliquent)
- Perte involontaire de votre emploi (certaines conditions s'appliquent)

*Pour connaître avec précision ce qui est couvert veuillez demander au responsable du voyage de vous fournir le contrat d'assurance voyage.

Voici un résumé de ce que l'assurance annulation ne couvre pas :

- Toute maladie qui était diagnostiquée au moment de l'achat de cette assurance
- Tout traitement ou chirurgie conseillé avant la date d'achat du voyage
- Refus ou changement de décision pour la participation au voyage

ASSURANCE BAGAGES

Couverture jusqu'à 1500\$ (maximum 300\$ par article)

Risques assurés : perte, endommagement, vol, retard (pour 12 heures et plus); un montant jusqu'à concurrence de 250\$ sera accordé pour vêtements et/ou accessoires de première nécessité.

Vous devez absolument avoir déclaré la perte aux autorités et avoir obtenu un rapport écrit.

*Pour connaître avec précision ce qui est couvert veuillez demander au responsable du voyage de vous fournir le contrat d'assurance voyage



AUTORISATION POUR PAIEMENT SUR CARTE DE CRÉDIT

Perdre sans se perdre et grandir !

Riviera Maya (Mexique)

21 au 28 avril 2012

DÉPÔT :

Par la présente, je, _____ autorise **Spiritours, Voyages Momentum** (ou ses fournisseurs de services) à débiter ma carte de crédit au montant de _____ \$ pour le dépôt au moment de la réservation.

Type de carte (Visa, Master Card**) : _____

Numéro de carte de crédit : _____

Expiration : _____

Date : _____

Signature : _____

BALANCE :

Par la présente, je, _____ autorise **Spiritours, Voyages Momentum** (ou ses fournisseurs de services) à débiter ma carte de crédit au montant de _____ \$, pour le solde le 17 février 2012.

Type de carte (Visa, Master Card**) : _____

Numéro de carte de crédit : _____

Expiration : _____

Date : _____

Signature : _____

**Montant maximum d'une transaction : 6 000\$*

***Nous n'acceptons pas les cartes American Express*