

LES DIFFÉRENTES APPROCHES NUTRITIONNELLES

*"Que ta nourriture soit ta médecine
et ta médecine, ta nourriture."*

Hippocrate

- Jour 1**
- Découvrez plus en détail les régimes alimentaires des médecines ancestrales, chinoise et ayurvédique.
 - Déterminer leurs spécificités, leurs intérêts.
- Jour 2**
- Analyser et mieux comprendre les régimes célèbres :
Hypotoxique de Seignalet, GAPS, cétogène, macrobiotique, les 4 groupes sanguins, FODMAP, le crudorisme, végétarisme, véganisme ...
 - Synthèse & réflexion sur les grands régimes de notre époque.

Stage de 14 h

En semaine, sur 2 journées
de 8 h 30 à 16 h 30

INTÉRÊTS

Comprendre l'approche et les fondements nutritionnels des cultures asiatiques et indiennes.

S'informer sur les différentes écoles de nutrition et leurs places dans l'alimentation.



PHYSIO DYSFONCTIONNEMENT DES SYSTÈMES & INTERACTIONS

" Il y a un flux commun, un souffle commun ; toutes choses sont en sympathie."

Hippocrate

Jour 1 • Étude des grandes fonctions de chaque système (nerveux, hormonal, immunitaire, circulatoire...) de l'organisme et de leurs dérèglements par une approche vulgarisée de l'anatomie physiologie du corps.

Jour 2

- Comprendre comment les systèmes interagissent entre eux.
- Identifiez les problématiques fonctionnelles en amont afin de mieux cibler et agir sur les causes profondes.

Stage de 14 h

En semaine, sur 2 journées
de 8 h 30 à 16 h 30

INTÉRÊTS

Approfondir ses connaissances sur les rôles et fonctionnements des différents systèmes du corps humain en les étudiant de plus près.

Comprendre leurs interdépendances afin d'identifier celui à l'origine du dysfonctionnement d'un autre.



LA GEMMOTHÉRAPIE

Quintessence de la phytologie

*"C'est la nature qui guérit
les malades ..."*

Hippocrate

- Étudiez la thérapie par les bourgeons de plantes.
- Découvrez l'histoire de la gemmothérapie et ses principes de fabrication.
- Zoom sur les supers bourgeons à spectre large.
Pourquoi les conseiller, comment les utiliser.

Stage de 4 h

En Matinée :
8 h 30 - 12 h 30



INTÉRÊTS

Explorez les intérêts des macérations de tissus embryonnaires de plantes, source de composés actifs supérieurs aux autres formes de consommation des végétaux.

Étudiez l'action globale de la gemmothérapie sur le rééquilibrage physiologique & psychique de l'organisme.



POSTUROLOGIE & EXERCICES ADAPTÉS

*"Si tu es malade,
recherche d'abord ce que tu as fait
pour le devenir."*

Hippocrate

- Étude des déséquilibres posturaux.
- Conséquence des habitudes de vie sur les troubles fonctionnels du corps (hernie discale, scoliose, lordose, cambrure).
- Bienfaits & pratique des exercices à adopter.
- Intérêts des postures inversées.
Expérimentez la table d'inversion.

Stage de 7 h

En journée :
8 h 30 - 16 h 30

INTÉRÊTS

Complétez vos pratiques physiques selon certaines spécificités.

Sachez adapter les postures ou exercices en fonction de problématiques ciblées (maux de dos, ptôse d'organe...)



SYMBOLISME DU CORPS & DÉSCRIPTAGE BIOLOGIQUE

"La guérison est un processus qui implique le corps, l'esprit et l'âme."

Hippocrate

- Traduire le langage du corps.
- Comprendre les liens entre le fonctionnement de l'esprit et les troubles fonctionnels de l'organisme.
- Déceler la source psycho émotionnelle de certains maux.
- Décodage des mémoires qui influencent les états et dysfonctionnements biologiques.

Stage de 7h

En journées :
8 h 30 à 16 h 30

INTÉRÊTS

Interpréter les manifestations du corps pour mieux l'accompagner..

Comprendre l'influence des histoires de vie sur les états physiologiques.

Intégrer le travail sur soi dans les accompagnements.

