



FICHE PÉDAGOGIQUE

AIDE À L'AMINCISSEMENT



PRÉREQUIS :

- Age 18 ans minimum
- BAC ou équivalent ou étude du dossier

PUBLIC VISÉ :

Personnes ayant la connaissance des trajets d'énergie (Méridiens)

OBJECTIFS GÉNÉRAUX :

Apprentissage de techniques de modelage énergétique et d'utilisation des ventouses favorisant l'amincissement en vue de rétablir une harmonie énergétique.

Rectifier les dérèglements alimentaires qui favorisent la prise de poids et retrouver le plaisir de manger sans culpabilité et sans frustration.

Mener une réflexion sur la thématique de l'image corporelle.

PROGRAMME DE FORMATION

Parties théoriques (Chaque cours sera suivi de travaux pratiques) :

- Origine du surpoids en énergétique chinoise.
- Énergétique chinoise et alimentation.
- Équilibre alimentaire en fonction de la typologie.
- Le yin et le yang de l'aliment.
- Menu type du sujet hyper yin, hyper yang, neutre.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES :

- Cours théoriques
- Travaux pratiques
- Pratique de la ventouse

OUTILS ET MOYENS PÉDAGOGIQUES :

Livret de travail

DURÉE :

2 jours en présentiel soit 13 heures 30.

Lieu de la formation : Château de la Saurine 1985, Route de Martina 13590 MEYREUIL
en présentiel.

FORMATRICE :

Margarette DELGRANGE CHIOUSSE : Praticienne en Énergétique Traditionnelle
Chinoise.

La S.F.E.R.E. se réserve le droit de modifier le contenu d'un cours en cas de nécessité.