



# Stage de Diététique Chinoise Sur 2 week-end

à LYON au CISL :  
**09-10 Octobre 2010**  
**16 et 17 Octobre 2010**

« *Nous sommes ce que nous mangeons* »

La diététique tient une place très importante en Médecine Traditionnelle Chinoise. Une mauvaise alimentation peut engendrer des maladies ; alors qu'une bonne alimentation peut être utilisée de façon préventive et/ou curative pour lutter contre les maladies qui lui sont associées. Pour guérir des pathologies chroniques : diabète, épuisement, cancer, rhumatisme, asthme, insomnie, maladies cardio-vasculaires.... il est impératif de commencer par une bonne hygiène alimentaire.

Dans la tradition médicale chinoise, l'alimentation est totalement intégrée dans la pratique thérapeutique. Les aliments y sont considérés comme des remèdes : ce qui n'empêche pas l'excellence de cette gastronomie.

La diététique chinoise est très différente de la diététique occidentale. Contrairement à cette dernière, on n'utilisera pas de moyens de mesures (kilos, calories, vitamines ...) ; on s'attachera plutôt à identifier comment tel ou tel aliment agit sur le corps pour traiter ou prévenir l'état du patient dans sa globalité.

Vous avez été nombreux à solliciter un stage de diététique, et nous avons le plaisir de vous proposer ce stage à Lyon, animé par **Pierre SVETOSLAVSKY** : conférencier, professeur à l'Institut SHAO YANG, praticien en MTC depuis plus de 23 ans, auteur du livre : « *La Psychologie Traditionnelle Chinoise* », et grandement expérimenté en diététique.

## Programme :

Comment aborder une diététique si différente de la nôtre ?

- ☉ Présentation de la diététique chinoise.
- ☉ Une étude de l'aliment suivant les critères traditionnels chinois
- ☉ La « matière alimentaire » des aliments disponibles dans notre pays.
- ☉ L'adaptation aux variations saisonnières.
- ☉ L'adaptation aux constitutions individuelles.
- ☉ La cuisine ou l'art de transformer l'aliment.
- ☉ Les spécificités : l'enfance, la grossesse, le troisième âge, le sport, le végétarisme ; la prévention des maladies.
- ☉ Les grands débats : cru-cuit, acide-alcalin, végétal-animal, ...

## FORMALITES ET INSCRIPTION

### Adresse du stage :

**CISL 103, bld des Etats-Unis 69008 Lyon**

**Tél. 04 37 90 42 42**

Hébergement et restauration proposés, contacter le CISL

### Prix pour les 4 Jours

**442 CHF**

**300 Euros**

Toute inscription sera **obligatoirement accompagnée des arrhes**  
**Les arrhes et le solde devront être réglés avec la même monnaie**



### Bulletin d'inscription aux stages de Diététique Chinoise

A retourner à **Shao Yang**, 96 rue de la Part-Dieu 69003 Lyon – France  
Tél : (00 33) (0)4 78 60 47 56 – Fax : (00 33) (0)4 78 60 91 72  
Email : [mafanshao@aol.com](mailto:mafanshao@aol.com) Site : [www.shaoyang.fr](http://www.shaoyang.fr)

#### Lyon :

- 09 - 10 Oct. 2010  
 16 - 17 Oct. 2010

NOM : \_\_\_\_\_ Prénom : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

Code Postal \_\_\_\_\_ Ville : \_\_\_\_\_

Téléphone : \_\_\_\_\_ Fax : \_\_\_\_\_

E.Mail : \_\_\_\_\_ Niveau en MTC : \_\_\_\_\_

#### Je joins un règlement d'arrhes (non remboursable) de :

150 Euros

200 CHF

**Bulletin d'inscription à retourner impérativement à Shao Yang avant le 31 Juillet 2010**

Date : \_\_\_\_\_

Signature : \_\_\_\_\_

Précédée de la mention « Lu et approuvé »