

CYCLE 4 : LA REFLEXOLOGIE EN SYNERGIE

HYGIENE ET DIETETIQUE A TRAVERS LES AGES

HYGIENE ET DIETETIQUE DANS LA FORCE DE L'AGE

Le premier âge de la vie, celui de la croissance (enfance & adolescence), également celui de l'amour, - celui que l'on reçoit d'abord, puis que l'on apprend à rendre & à donner, - est logiquement suivi de l'âge de la force, de l'épanouissement, de la fécondité & de la maturité vigoureuse. Symboliquement, cet âge va de **21 à 42 ans**, un deuxième cycle de 21 ans, trois fois sept ans.

La première phase de sept ans verra se réaliser la **maturité affective** (en principe!), la maturité physique étant réalisée à la fin de l'adolescence (21 ans) ; la deuxième phase (28 à 35 ans) sera logiquement celle de la création d'un **couple** stable, qui portera du fruit au cours de la troisième période, celle de l'**épanouissement de l'individu, du couple & de la famille nucléaire** (35 à 42 ans). Certes, ces données chiffrées ne correspondent plus forcément aux réalités actuelles, mais ceci explique peut-être, du moins en partie, le naufrage de la cellule familiale dans nos sociétés dites « développées », (ou en voie de dégénérescence?).

Cette période de la « force de l'âge », ou « l'âge de la force », est la plus favorable à une bonne santé : **l'individu semble ignorer la maladie, la souffrance & la mort**. Il est plus préoccupé par son avenir personnel, conjugal, familial, matériel & professionnel. L'hygiène, la santé & la diététique commencent à apparaître comme « souci » dans la vie de l'individu avec l'apparition du premier enfant. Ce souci ira grandissant jusqu'à la fin de la vie.

D'où l'importance de **jeter les bases d'une bonne hygiène de vie & d'une diététique individualisée**, en anticipation, dès cette période de la force de l'âge, pour prolonger celle-ci aussi longtemps que possible, voire au-delà des 42 ans symboliques....

Certes, quelques individus, d'ailleurs de plus en plus nombreux, ne semblent pas « dotés » de cette force de vie au cours de cette période pourtant féconde : cette réalité nous oblige donc à considérer que **nous ne sommes pas égaux en terme de vitalité, de force physique, de vigueur mentale & affective**.

D'où la nécessité de comprendre comment se manifeste la réalité de l'individualité, donc aussi la réalité de l'individualisation de l'hygiène & de la santé. Ce module sera donc destiné à vous fournir les **clés de la compréhension de l'individualité**, afin de mieux appréhender sur le terrain comment individualiser vos conseils de diététique

clinique .

Voici donc la plaquette de présentation de ce module.

Public

- ⌘ Tout **réflexologue** soucieux d'individualiser ses conseils en hygiène de vie & en diététique clinique
- ⌘ Toute **personne “dans la force de l'âge”** soucieuse de garder son capital santé
- ⌘ Tout praticien de santé souhaitant se former à la **pratique hippocratique** de la diététique
- ⌘ Toute personne de cette “tranche d'âge” qui souhaiterait mieux **traiter ses problèmes de santé**

Objectifs

- ⌘ Apprendre, connaître, comprendre & discerner les **manifestations de l'individualité**
- ⌘ Savoir utiliser ces connaissances dans une **pratique réflexologique**
- ⌘ Etre en mesure de se situer **personnellement** dans cette démarche d'individualisation
- ⌘ Savoir élaborer un **traitement hippocratique individualisé en diététique clinique**

Programme

- ⌘ Définition de la clinique hippocratique
- ⌘ L'anamnèse
- ⌘ Le bilan réflexologique
- ⌘ Les six grandes manifestations ou syndromes pathologiques
- ⌘ Approche des tempéraments hippocratiques
- ⌘ Traitements hippocratiques individualisés en diététique clinique

Enseignement

- ⌘ Formé par des médecins de tradition hippocratique à la diététique clinique dans les années 1980, **Ronald Grave** animera ce module.
- ⌘ Votre participation active sera indispensable à la réussite de ce stage: tout étudiant, de 21 à 42 ans, est donc vivement encouragé à apporter un **relevé alimentaire d'au moins une semaine** (voir document en annexe), qui servira, à titre confidentiel ou publiquement, aux épreuves pratiques.
- ⌘ Dans la mesure du possible, le **matin** sera consacré à l'examen des supports de cours; **l'après-midi** sera réservé aux études de cas & à l'examen des relevés alimentaires disponibles.

Dates

Week-end des 17 & 18 mars 2018: de 9 heures à 17H45; une pause d'1H15 pour le repas de midi. **En raison du délai très court, nous vous invitons à nous communiquer par retour votre décision d'y participer, même si le règlement des arrhes vient ultérieurement; nous comptons sur votre réactivité afin de confirmer rapidement la réalisation de ce stage, en fonction des pré-inscriptions reçues par retour. Nous comptons sur la fiabilité de votre**

décision. Merci d'avance pour les étudiants de province!

Lieu

Hôpital Goüin, 2 rue Gaston Paymal, Clichy-la-Garenne, métro: Mairie de Clichy (ligne 13, direction Asnières-Gennevilliers); salle de formation au rez-de-jardin.

Participation aux frais de formation

✕ **20€ de cotisation annuelle** pour les étudiants non encore adhérents pour l'année "scolaire" 2018-9

✕ **225€ pour le module.** Possibilité d'échelonner l'encaissement des règlements.

✕ Possibilité de déjeuner au réfectoire sous réserve d'inscription auprès du secrétariat en début de semaine (lundi 12 mars). **Prix du repas: 7€**

✕ **Arrhes** à l'inscription: **25€.**

✕ Inscription obligatoire même pour les **membres de droit**; consulter le secrétariat pour la participation aux frais de formation