



# Institut Ming Men

Ecole de Médecine Traditionnelle Chinoise

## Stage de Diététique Energétique Chinoise

**OUVERT A TOUS**

« *Ce qui nourrit le laborieux ; affaiblit l'oisif* » Proverbe Chinois

En terme de diététique, ce qui est bon pour l'un ne l'est pas forcément pour l'autre. Chaque personne est unique, et notre Alimentation doit être adaptée à nos besoins.

Au cours de ce stage nous allons déterminer les différents morphotypes énergétiques existants, pour ensuite cibler les aliments à privilégier et ceux à éviter selon chaque cas.

### Contenu de la Formation:

- Médecine Chinoise et Diététique : Yin/Yang, Cinq mouvements, Physiologie de la digestion, le Jing, le Shen, les Zhang-Fu, etc.
- Principes Fondamentaux de Diététique : Préparation de la digestion, les '*neuf principes du savoir manger*', l'Hydratation, les différentes Diététiques.
- Classification des Aliments selon leur Nature, Saveur, Tropicité, Forme, Couleur, etc.
- Détermination de l'Alimentation selon les morphotypes.
- Adaptation de l'Alimentation : en fonction des saisons, de l'âge, de son niveau énergétique, de son terrain pathologique, etc.
- Yang Sheng (conseils de Santé), Qi Gong digestif et auto massage.
- Diététique et Diétothérapie.

Date:

**Le Samedi 01 et le Dimanche 02 Février 2025.**

Lieu : *Domaine de l'Asnée, 11 rue de Laxou 54603 Villers-lès-Nancy*

Renseignements : [Institut Ming Men](http://www.institut-mingmen.fr) Tél : 03 83 96 26 20 / 06 09 88 02 18



# Institut Ming Men

## Stage de Diététique Chinoise

### Formulaire d'inscription

Intitulé de la formation : Stage de Diététique Energétique Chinoise.

Lieu de la Formation : Domaine de l'Asnée, 11 rue de Laxou 54603 Villers-lès-Nancy

Date : Samedi 01 et Dimanche 02 Février 2025.

Horaires : **Samedi** : 9h00-12h00 / 13h30-18h00 **Dimanche** : 9h00-12h00 / 13h30-16h30

Prix : 215€

Nom : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

Code Postal : ..... Ville : .....

Téléphone : ..... E-mail : .....

**Je m'inscris au stage de diététique Chinoise.**

**Je joins ce jour un chèque de 215€ en règlement de la totalité de ce stage, à l'ordre de : Institut Ming Men.**

Chèque encaissé une semaine avant le début du stage. Annulation et remboursement jusqu'à 7 jours avant la date de formation.

*Toute inscription sans règlement ne sera pas prise en compte.*

Date :

Signature : précédée de la mention "Lu et Approuvé"

**Formulaire à renvoyer à :**

**Institut Ming Men**  
École Supérieure de Médecine Traditionnelle Chinoise  
146 Grande Rue  
54180 Heillecourt

Pour tous renseignements Tél : 03 83 96 26 20 / 06 09 88 02 18

E-mail : [formationmtc@institut-mingmen.fr](mailto:formationmtc@institut-mingmen.fr)

Site : <http://www.institut-mingmen.fr>