



Institut Ming Men

Ecole de Médecine Traditionnelle Chinoise

Stage de Diététique Energétique Chinoise

OUVERT A TOUS

飲食

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

En termes 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 30 et le Dimanche 31 Janvier 2027.

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

E-mail : formationmtc@institut-mingmen.fr

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



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 30 et Dimanche 31 Janvier 2027.

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

Prix : 230€

Nom : Prénom :

Adresse :

Code Postal : Ville :

Téléphone : E-mail :

Je m'inscris au stage de diététique Chinoise.

Je joins ce jour un chèque de 230€ 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

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