



# Alimentation, Diététique Chinoise & Occidentale

**Pascale Berthoud**  
06.10.13.14.38  
pascaleberthoud.com  
p.berthoud@orange.fr

A la Cantalade  
114 Bvd Gambetta  
69400 Villefranche S/S

## du 19 au 22 juin 2025

Judi : de 9h30 à 12h & 14h - 17h30

Vendredi, Samedi & Dimanche : de 9h à 12h & de 14h à 17h00

La santé pour les Chinois se définit par la libre circulation des souffles, la perturbation de cette circulation du Qi est liée à des causes internes ou des causes externes qui déclenchent les maladies.

La tradition Chinoise a élaboré une diététique qui nous aide à prévenir ou à guérir les troubles propres à notre métabolisme, une diététique millénaire qui est souvent bien adaptée à notre mode de vie actuel.

**Une nourriture bien choisie contribue à la préservation  
et à l'amélioration de la santé.**

Néanmoins dès que l'on s'intéresse à la diététique, on est confronté régulièrement aux idées qui se contredisent dans tous les sens.

C'est devenu un vrai casse-tête et surtout très compliqué de s'y retrouver.

**Comprendre et adapter notre alimentation en fonction de nous-mêmes,  
de notre mode de vie, de notre métabolisme,  
tel est l'enjeu que vous propose ce stage.**

Nous chercherons tout au long de ces 4 journées à faire le tri, à y voir plus clair et à faire le lien entre la Médecine Traditionnelle Chinoise et Taoïste et la Médecine Occidentale et moderne, entre la nature de l'homme, le fonctionnement du système digestif, la diététique, les couleurs, entre les vitamines, les compléments alimentaires ainsi que les dysfonctionnements alimentaires qui provoquent un embrasement des maladies dans notre société actuelle.

Tarif 280€

En présentiel & par ZOOM

Je participe au stage Diététique 2025 :

Nom & Prénom : .....

Adresse : .....

.....

Mail : .....

Tél : .....

Coupon à renvoyer + chèque d'acompte de 80€  
au 88D rue Paul Bert 69400 Villefranche sur Saône