



INTITULÉ DE FORMATION :

DIETETIQUE ET DIETHOTHERAPIE CHINOISE

Présentation de la formation

Josette CHAPELLET (« A la découverte de la diététique chinoise » et « Ces aliments qui nous soignent » avec Philippe Sionneau aux éditions Trédaniel), propose cette formation très complète, qui vise à comprendre et utiliser la diététique et la diétothérapie chinoises, véritables outils pratiques en cabinet.

Elle comprend l'étude des bases de la diététique chinoise, l'étude approfondie des propriétés spécifiques des aliments et le traitement des pathologies par de bons petits plats ... Pour chaque pathologie, nous étudierons les tableaux cliniques selon la différenciation des syndromes, puis les aliments et les plantes les plus adaptés à chaque cas, ainsi que des recettes de diétothérapie et des conseils d'hygiène de vie. En parallèle, des notions de diététique occidentale seront également abordées. De nombreuses dégustations émailleront ce parcours.

DIETETIQUE CHINOISE

La diététique chinoise prend en compte les énergies du Ciel, de la Terre et de l'Homme, avec pour but l'amélioration de la santé et la prévention des maladies. Classifiés selon Yin Yang, les 4 Qi, les 5 saveurs, leur tropisme et le mouvement qu'ils induisent dans le corps, les aliments stimulent les fonctions organiques, améliorent la vitalité et préviennent les maladies. La compréhension des principes de base, adaptés à la cuisine de tous les jours, permet d'équilibrer l'alimentation.

DIETHOTHERAPIE CHINOISE

Lors d'une maladie, l'alimentation a une importance primordiale : mal adaptée, elle aggrave le déséquilibre, bien adaptée, elle aide l'organisme à se débarrasser des facteurs pathogènes et permet de recouvrer plus rapidement la santé. La diétothérapie propose, sur la base de l'étude des maladies selon la différenciation des syndromes de la MTC, des conseils alimentaires et des recettes traditionnelles permettant de traiter ces maladies.

Contenu

GENERALITES

- Histoire de la diétothérapie chinoise.
- Les bases de la diététique chinoise
- Alimentation selon les saisons
- Les propriétés des aliments
- Différences entre alimentation courante et alimentation thérapeutique
- Dégustation de thés
- Préparation de gruaux



Ecole adhérente de l'Union Française des Professionnels de Médecine Traditionnelle Chinoise (U.F.P.M.T.C)

LES PROPRIETES ENERGETIQUES DES ALIMENTS

- Nature, saveur, méridien destinataire et propriétés spécifiques des aliments courants

PRINCIPES DE LA DIETOTHERAPIE CHINOISE

- Les principes d'association des aliments
- Compatibilités et incompatibilités
- Composition d'une formule diététique
- Plantes d'usage courant en diétothérapie chinoise
- Diétothérapie basée sur la différenciation des syndromes

TRAITEMENTS GENERAUX

- Tonifier le Qi, nourrir le sang, enrichir le Yin, tiédir le Yang, tonifier et favoriser les 5 organes

TRAITEMENT DES AFFECTIONS COURANTES

- Rhume, grippe, bronchite, asthme
- Hypertension, hypotension, anémie, hyperlipidémie, maladies coronariennes
- Insomnie
- Gastralgie, constipation, diarrhée
- Dysménorrhée, leucorrhée, vomissements de la grossesse, post-partum, troubles de la ménopause
- Troubles urinaires, œdème, impuissance
- Rhumatismes
- Maladies infantiles
- Troubles des yeux et des oreilles
- Hépatite, diabète, obésité, fatigue chronique

NOTIONS DE DIETETIQUE OCCIDENTALE

- Protéines, glucides, lipides
- Fibres, gluten
- Germination et fermentation
- Equilibre acido-basique, pH des aliments

Informations pédagogiques et administratives

Objectifs de la formation

- Connaître les bases théoriques de la diététique chinoise
- Connaître les aliments et leurs propriétés, les plantes utilisées couramment en diétothérapie
- Savoir orienter un patient pour rééquilibrer son alimentation de façon personnalisée
- Savoir utiliser les aliments et les plantes pour traiter les maladies



Ecole adhérente de l'Union Française des Professionnels de Médecine Traditionnelle Chinoise (U.F.P.M.T.C)

Public

Elèves ou praticiens en Médecine traditionnelle chinoise souhaitant acquérir de nouvelles connaissances en diététique et diétothérapie.

Prérequis

- Formation de diététique chinoise : bases de MTC (Yin Yang, Wu Xing, zangfu et physiologie digestive)
- ou Formation de diétothérapie : étude des maladies et bianzheng
- soit fin de 3^{ème} année de MTC du cursus en 5 année ou après le 4^{ème} séminaire de 2^{ème} année du cursus MTC en 2 ans à Chéng Xìn ou équivalent dans une autre école.

Horaires

Présentiel : De **9h00 à 12h30** et **14h00 à 17h30**

Durée et type de formation

En présentiel uniquement : **14 jours soit 98 heures.**

Dates et lieux de formation

AU CŒUR DE L'ESSENTIEL 9 Rue Conrad Killian 38950 SAINT MARTIN LE VINOUX

- Séminaire 1 : du 31/01/2026 au 01/02/2026 (2 jours)
- Séminaire 2 : du 13/02/2026 au 15/02/2026 (3 jours)
- Séminaire 3 : du 06/03/2026 au 08/03/2026 (3 jours)
- Séminaire 4 : du 15/05/2026 au 17/05/2025 (3 jours)
- Séminaire 5 : du 29/05/2026 au 31/05/2025 (3 jours)

Tarif

Coût de la formation : **1495€**

Article 261-4-4° alinéa 6 du CGI, non assujetti à la TVA

Nombre de participants :

Nombre minimum de participants : **12** Nombre maximum: **20**

Moyens pédagogiques

Toutes nos formations favorisent l'apprentissage par la mise en situation pratique des connaissances théoriques transmises, l'analyse et l'évaluation des connaissances.

Elle se déroulent par séquences pédagogiques.

Moyens techniques

Mise à disposition du matériel nécessaire à l'enseignement (visioprojecteur, tableau, etc...)

Contact

Formateur : **Josette CHAPELLET**

Encadrement : référent pédagogique de Cheng Xin : secretariat@chengxin.fr 04 50 02 83 69



Ecole adhérente de l'Union Française des Professionnels de Médecine Traditionnelle Chinoise (U.F.P.M.T.C)

Modalités d'accès et d'inscription :

L'accès à nos formations est possible jusqu'à 2 jours ouvrés avant le début du stage.
Les étapes et les modalités d'inscriptions sont détaillées sur notre site.

Accessibilité des personnes en situation de handicap (PSH) :

Nous mettons tout en œuvre pour l'accueil des PSH. Notre référent est à votre écoute :
referent.handicap@chengxin.fr. Plus d'info sur notre site internet.

Modalités d'évaluation

Contrôles des connaissances en cours de formation : QCM en fin de séminaire.

Validation des formations :

Attestation de formation.