



## INTITULÉ DE FORMATION :

### DIETETIQUE 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 chinoises, véritable outil pratique.

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.

#### 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

#### Informations pédagogiques et administratives

##### Objectifs de la formation

- Connaître les bases théoriques de la diététique chinoise
- Connaître les aliments et leurs propriétés.

##### Public

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

##### Prérequis

- Formation de diététique chinoise : bases de MTC (Yin Yang, Wu Xing, zangfu et physiologie digestive) soit fin de 2<sup>ème</sup> année de MTC du cursus en 5 année ou après le 16<sup>ème</sup> séminaire de 1<sup>ère</sup> 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



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

---

### Durée et type de formation

En présentiel uniquement : **2 jours soit 14 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)

### Tarif

Coût de la formation : **200 €**

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](mailto:secretariat@chengxin.fr) 04 50 02 83 69

### 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](mailto: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.