

Désiré Mérien

Nature et Vie

centre d'éducation vitale – 8 impasse des roitelets à Kervam 56270 Ploemeur France

tél 02 97 82 85 20 /06 80 15 26 35 – fax 02 97 82 84 91

email nature.et.vie@wanadoo.fr

<http://www.nature-et-vie.fr>

Formation de Conseiller de jeûne

Objet

Cet enseignement correspond au troisième degré de la formation hygiéniste Nature et Vie. Cependant, elle peut être entreprise indépendamment des deux premières formations de conseiller hygiéniste et de diététicien hygiéniste. Elle comprend une partie théorique réalisée sous la forme d'un cours par correspondance de conseiller de jeûne. Ce cours correspond à l'étude de l'ouvrage Jeûne et Santé par l'intermédiaire d'un cours de conduite de jeûne intitulé « manuel de l'étudiant jeûneur » qui comporte un questionnaire d'approfondissement des principes et techniques du jeûne.

Programme

Le cours de conseiller de jeûne est composé de dix parties principales

✚ Qui peut jeûner ?

pourquoi jeûner ?
quand jeûner ?
le jeûne dans les diverses situations de la vie ;
conclusion.

▪ Les régimes alimentaires

physiologie digestive ;
le régime complémenté ;
le régime associé ;
le régime idéal ;
le régime d'élimination cellulosique ;
le régime d'élimination non cellulosique.

✚ L'entrée de jeûne

les bases du jeûne par la technique des paliers alimentaires ;
l'entrée de jeûne par la technique des paliers alimentaires ;
avantages des paliers alimentaires ;
les entrées de jeûnes programmés ;
les dégagements de tensions et les déblocages émotionnels ;
la résolution des problèmes psychologiques par la bioanalyse ;
recommandations pratiques.

✚ Le déroulement du jeûne

le rôle du jeûne ;
le déroulement de la courbe pondérable ;
les battements cardiaques ;
l'accroissement de l'élimination cellulaire ;
la fréquence des selles ;
la température du corps ;
le sommeil ;
l'interprétation du graphique du déroulement du jeûne
les trois périodes de jeûne.

✚ La conduite du jeûne

évaluation de l'état de santé ;
les repérages en cours de jeûne ;

observations sur le cas de jeûne présenté.

✚ **La sortie de jeûne**

les conditions de la sortie de jeûne ;
la reprise alimentaire ;
la valeur du jeûne.

✚ **L'élimination des toxines au cours du jeûne**

les origines de la toxémie ;
les symptômes de la toxémie ;
la réduction de la toxémie ;
évolution de la toxémie au cours du jeûne.

✚ **Durée et efficacité du jeûne**

le jeûne primaire : le jeûne du mieux-être ;
le jeûne secondaire : le jeûne de la rénovation organique ;
le jeûne tertiaire : le jeûne de réajustement fonctionnel ;
l'après-jeûne.

✚ **Jeûner pour se régénérer**

le pouvoir régénérateur du jeûne ;
les rénovations en cours de jeûne ;
le jeûne dans le cas de la maladie.

✚ **Conseils pratiques pour jeûner**

le jeûne chez les animaux ;
le jeûne chez l'homme ;
la faim en cours de jeûne ;
l'énergie en cours de jeûne ;
le jeûne est-il un traitement ?

Conditions de participation

Les inscriptions sont réservées aux membres de l'association Nature et Vie(adhésion sur demande)

Le cours comprend le livre : Jeûne et Santé, le manuel de l'étudiant jeûneur et la correction des devoirs. L'envoi des devoirs et des corrigés s'effectuent par mail. L'avancement des travaux est laissé à la libre disposition de l'étudiant.

Bulletin d'inscription

au cours de conduite du jeûne Nature et Vie, sous la direction de Désiré Mérien.

Je soussigné (e)

Nom.....
prénom.....

Adresse :n°.....rue.....

Code postal.....lieu.....

Profession.....tél.....

email.....@.....

demande à suivre le cours de conduite du jeûne préparant à la formation de conseiller de jeûne.

Coût

Renseignements sur demande par téléphone (02 97 82 85 20) ou par mail (nature.et.vie@wanadoo.fr)

En cas de défection ou de rupture des cours, la participation financière au cours de conseiller de jeûne demeure acquise.

A l'issue de la formation par correspondance, l'étudiant reçoit une attestation de capacité de conseiller de jeûne.

Durée des cours : l'étudiant réalise ses devoirs à convenance (environ 1 devoir par quinzaine pour 1 an d'études). La durée des travaux et corrections est limitée à 2 ans.

à

le

signature :