

Le Pouvoir de Guérison des Aliments

Vous guérir, Guérir la Terre !



Avec Adelbert Nelissen
18 - 20 mars 2011

Heure : Vendredi soir : conférence d'introduction 19.00-21.30h, samedi 9.30h à 17.00h, repas de midi inclus, dimanche 9.30 à 13.00h

Lieu : Maison des Associations, rue des Savoises, 15 – 1205 Genève, Suisse, tél. : 022/329.20.22.

Programme

Vendredi 18 mars

19.00-21.30h **Introduction au thème « Le Pouvoir de Guérison des Aliments »**

Samedi 19 mars

09.30-10.00h Exercices de Do-In

10.00-11.30h **Les 7 étapes de la maladie. Cause, prévention et guérison I**

Des explications des causes alimentaires de différentes maladies seront données. La manière macrobiotique de se nourrir et de vivre sera discutée, ainsi que l'approche alimentaire pour prévenir et guérir certaines maladies.

11.30-11.45h Pause avec boissons

11.45-13.00h **Les 7 étapes de la maladie. Cause, prévention et guérison II**

13.00-14.30h Repas

14.30-17.00h **Les 7 étapes de la maladie. Cause, prévention et guérison III**

Dimanche 20 mars

09.30-10.00h Exercices de Do-In

10.00-13.00h **Diagnostic Visuel (Oriental) du Visage**

L'art simple de l'auto diagnostic sera présenté. Les différentes parties de votre visage correspondent aux différents organes. En étudiant votre visage vous apprendrez à voir votre santé. Un cours passionnant et très utile sur votre chemin vers la santé et la vitalité.

13.00h Fin du cours

Le Pouvoir de Guérison des Aliments

Notre alimentation a un impact très important sur notre état de santé. Des études scientifiques réalisées par des experts mondiaux en nutrition sur l'alimentation macrobiotique indiquent clairement que chaque personne devrait développer un regard critique sur ses habitudes alimentaires. En particulier, elle devrait effectuer sans délai des changements vers une alimentation naturelle et saine. Ces études montrent qu'il est grand temps de changer nos habitudes alimentaires si nous voulons éviter les maladies chroniques et dégénératives. L'alimentation macrobiotique est actuellement considérée officiellement comme un des meilleurs modèles alimentaires de prévention des maladies. Elle est savoureuse, nutritive, saine et bénéfique à tout âge !

Adelbert Nelissen expliquera comment certains aliments provoquent certaines maladies, et comment prévenir et guérir ces maladies. Il présentera le point de vue macrobiotique sur les maladies fréquentes dans la société occidentale : maladies coronariennes et du cœur, cancer, arthrite, surcharge pondérale, allergies, diabète, ainsi que les maladies dont souffrent les femmes

Pour résoudre le problème du réchauffement climatique, la cuisine macrobiotique est la meilleure : en renonçant à la production de viande, de produits laitiers et de sucre, on diminuera de 30% la production de CO₂, c'est-à-dire 15% de plus que le CO₂ produit par tous les avions et voitures ensemble !

Les exercices matinaux de Do-In

Le matin vous serez invité à participer à une séance d'exercices de Do-In. Le Do-In est une combinaison d'exercices d'étirement des méridiens, d'exercices de respiration, d'exercices de Ki-énergie et d'auto massage. C'est une pratique plusieurs fois millénaire qui favorise le rajeunissement et la longévité, et c'est une excellente manière de commencer la journée.

Repas

Vous aurez l'occasion de prendre samedi à midi un repas macrobiotique simplifié mais nutritif et délicieux. Nous n'utiliserons que des céréales, légumineuses, légumes, fruits, algues et autres produits frais biologiques.

L'enseignant

Adelbert Nelissen (Pays-Bas) étudie depuis 1968 la médecine extrême-orientale comme partie intégrante de l'approche macrobiotique de la vie. Il a été étudiant de Michio Kushi, Shizuko Yamamoto et du Dr Wu Wei Ping, un des principaux experts mondiaux d'acupuncture. En 1970, Adelbert Nelissen a fondé Manna, une des principales compagnies d'aliments naturels d'Europe. Il a développé un programme d'enseignement concernant le mode de vie naturel suivi à ce jour par plus de 2000 jeunes gens venus de toutes les parties du monde. En pionnier, il a développé des centaines de produits dont 20 différentes sortes de pain au levain naturel, tofu, tempeh, seitan, confitures sans sucre, snacks, et a introduit plus de 250 produits japonais traditionnels, disponibles dans un grand nombre de marques en Europe. Adelbert Nelissen et son épouse Wieke Nelissen sont actuellement fondateurs et co-directeurs de l'Institut Kushi d'Europe. Depuis plus de 30 ans, il donne des conférences partout en Europe, Amérique, Afrique et Proche-Orient. Adelbert Nelissen est bien connu pour son enseignement réaliste, original et sans cesse renouvelé. Adelbert et Wieke Nelissen sont parents de 5 enfants et ont 6 petits-enfants.

Consultations

Pendant le cours vous pouvez vous inscrire pour une consultation privée avec Adelbert Nelissen, au cours de laquelle vous recevrez des conseils diététiques et de mode de vie personnalisés. Ces séances se dérouleront le dimanche 20 mars et si nécessaire encore le lundi matin 21 mars. Prix : 150- CHF (1h) et 225-CHF 1h 30. Il est aussi possible d'avoir des consultations en groupe (max.12 p), prix 65- CHF/personne. Contactez l'organisateur pour un rendez-vous.

Inscription

Giustina Danisi Rochaix. Tél. : +41-(0) 22 755 23 57, atteignable pendant les jours ouvrables le soir de 20h00-22h30 et pendant le week-end toute la journée. Email : g.danisi@bluewin.ch

L'acompte non remboursable de CHF 50,- est à envoyer à :

CREDIT SUISSE AG, CH-1211 Genève 70, Giustina Danisi Rochaix, compte 1388990-20, IBAN CH68 0483 5138 8990 2000 0, Compte postal 12-35-2, BIC CRESCHZZ80A, numéro de clearing bancaire 4835.

Veillez mentionner votre nom et numéro de téléphone.

Institution coopérative

L'Institut Kushi d'Europe,

Weteringschans 65, 1017 RX Amsterdam, Pays-Bas

Tél. : +31 - (0)20 - 6257513, Fax : +31 - (0)20 - 6227320

Email : kushi@macrobiotics.nl www.macrobiotics.nl

Prix : Pour le programme entier du vendredi au dimanche (cours et ateliers, repas de midi du samedi) CHF 200. Pour la conférence du vendredi soir uniquement : CHF 25.