

Programma descrittivo del corso di Alimentazione secondo la medicina cinese – 2 anni

Il programma che segue descrive in sintesi i contenuti del corso biennale di Alimentazione energetica secondo la medicina cinese che ScuolaTao tiene nella sede di Milano.

Pur tenendo questo programma come riferimento, ScuolaTao si riserva la facoltà di modificarlo in qualunque momento per migliorare la sua offerta formativa. Per questo motivo si deve fare riferimento unicamente al calendario annuale pubblicato sul sito www.scuolatao.com per date, modalità, le sedi ed argomenti delle lezioni.

Primo anno di corso		
Materia	Ore	Argomenti
MTC Teoria I	52 totali: 36 in presenza in sede + streaming 16 in solo streaming	i fondamenti teorici della medicina cinese
Alimentazione I	64 totali: 32 in presenza in sede + streaming 16 di pratica di cucina 16 in solo streaming	studio delle caratteristiche energetiche dei singoli alimenti
Qigong	12 in presenza in sede	pratica di qigong
Casi in aula	8 in sede a Bologna + streaming	lezione plenaria del Dott. Massimo Muccioli
TOT ore primo anno	136	
Secondo anno di corso		
Materia	Ore	Argomenti
MTC Teoria II	56 totali: 16 in presenza in sede + streaming 8 in presenza in sede (esercitazioni) 16 in solo streaming 16 on demand	la valutazione degli equilibri energetici
Alimentazione II	80 totali: 40 in sede e in streaming 8 in sede (esercitazioni) 8 di pratica di cucina 8 in solo streaming 16 on demand	
Qigong	8 in presenza in sede	
Casi in aula	8 in sede a Bologna + streaming	
TOT ore secondo anno	152	
Totale ore corso	288	

Anno 1

Lezione 1	MTC Teoria I 8 ore	Introduzione medicina cinese. Yin e Yang. Cinque fasi
	Alimentazione I 8 ore	Classificazioni degli Alimenti
Lezione 2	MTC Teoria I 8 ore	Le fisiologia delle Cinque Sostanze (jing, shen, qi, sangue, fluidi) e le loro relazioni.
Lezione 3	MTC Teoria I 8 ore	Nascita e strutturazione energetica dei meridiani. I sei livelli energetici, la circolazione dell'energia.
Lezione 4	MTC Teoria I 8 ore	Fisiologia energetica di Polmone e Grosso Intestino, Stomaco e Milza
Lezione 5	Alimentazione I 8 ore	Una sana alimentazione di base. Singoli alimenti: Cereali e legumi
	Qigong 4 ore	Pratica di Qigong anno 1 – parte 1
Lezione 6	MTC Teoria I 8 ore	Fisiologia energetica di Cuore e Intestino tenue, Vescica e Rene
Lezione 7	MTC Teoria I 8 ore	Fisiologia energetica di Ministro del cuore- Triplice riscaldatore, Vescica biliare e Fegato
Lezione 8	Alimentazione I 8 ore	Singoli Alimenti. I e II fascia: noci e semi oleosi, pesci, crostacei, molluschi e carne
	MTC Teoria I 4 ore	Le cause dei disequilibri energetici in MTC
	Qigong 4 ore	Pratica di Qigong anno 1 – parte 2
Lezione 9	Alimentazione I 8 ore	Pratica di cucina anno 1 – manipolazioni e cotture, le 3 fasce energetiche
	Qigong 4 ore	Pratica di Qigong anno 1 – parte 3
Lezione 10	Alimentazione I 8 ore	Singoli Alimenti. II e III fascia II: verdure III: frutta, uova, latticini. Ricette e cottura
Lezione 11	Alimentazione I 8 ore	Condimenti, bevande, metodi di cottura
Lezione 12	Alimentazione I 8 ore	Il concetto delle tre fasce, le ricette, la figura professionale, ripasso
Lezione 13	Lezione Bologna 8 ore	Seminario pratico con valutazione di casi clinici in aula

Anno 2

Lezione 1	Alimentazione II 16 ore on demand	Dietetica occidentale
Lezione 2	MTC Teoria II 8 ore	Valutazione energetica 1: le otto regole, i quattro metodi: sentire e osservare
	Qigong 4 ore	Pratica Qigong anno 2 – parte 1
Lezione 3	MTC Teoria II 8 ore on demand	Valutazione energetica 2: i quattro metodi: osservare la lingua, i polsi
Lezione 4	Alimentazione II 8 ore	Il deficit di qi: alimenti e ricette.
	MTC Teoria II 8 ore	La differenziazione delle sindromi 1: in base al Qi, Sangue e Liquidi
Lezione 5	Alimentazione II 8 ore	Il deficit di sangue: alimenti e ricette Tonificare il qi e nutrire il sangue
Lezione 6	MTC Teoria II 8 ore	Valutazione energetica 2: i quattro metodi: chiedere
Lezione 7	MTC Teoria II 8 ore	La differenziazione delle sindromi 2: in base a organi e visceri, milza, stomaco, fegato e vescica biliare
Lezione 8	MTC Teoria II 8 ore on demand	La differenziazione delle sindromi 3: in base a organi e visceri, polmone, grosso intestino, cuore, intestino tenue, rene, vescica
Lezione 9	Qigong 4 ore	Pratica Qigong anno 2 – parte 2
	MTC Teoria II 8 ore Solo in presenza	Esercitazione su polsi e lingua. Esercitazione sulla differenziazione delle sindromi
Lezione10	Alimentazione II 8 ore	Il Deficit dello Yin e il calore: alimenti e ricette

Lezione 11	Alimentazione II - 8 ore	Il Deficit dello Yang e il freddo: alimenti e ricette
	Alimentazione II - 8 ore	Stasi di Qi e Sangue: alimenti e ricette
Lezione 12	Alimentazione II 8 ore (SOLO IN PRESENZA)	Pratica di cucina – anno 2
Lezione 13	Lezione Bologna 8 ore	Seminario pratico con valutazione di casi clinici in aula
Lezione 14	Alimentazione II 8 ore	Umidità e Tan: alimenti e ricette
	Alimentazione II 8 ore (SOLO IN PRESENZA)	Ripasso e strategie per casi complessi. Esercitazione in aula (SOLO IN PRESENZA)