

Corso biennale di Alimentazione Energetica

Primo anno corso:

programma e calendario indicativo

Data	Medicina tradizionale cinese (52 ore) (lezioni disponibili anche on line)	Alimentazione/ Qigong (64/12 ore)
1 seminario 20 – 21 gennaio 2018	(8 ore) I presupposti filosofici storici e culturali della medicina cinese; il concetto di Yin/Yang e la teoria delle cinque fasi	(4 ore) Qigong
2 seminario 10 - 11 febbraio 2018	(8 ore) Fisiologia delle cinque sostanze: jing, qi, shen, xue, jinye.	(8 ore) La classificazione degli alimenti
3 seminario 10 – 11 marzo 2018	(8 ore) Nascita e strutturazione energetica dei meridiani; i sei livelli; la circolazione dell'energia.	(4 ore) Qigong
4 seminario 14 – 15 aprile 2018	(4 ore) Fisiologia di Polmone e Grosso intestino	(4 ore) La sana alimentazione di base e le macrocategorie di alimenti. Le Tre Fasce di alimenti. (8 ore pratica in cucina) MANIPOLAZIONI E COTTURE Singoli alimenti di I FASCIA: cereali e legumi.
5 seminario 19 – 20 maggio 2018	(4 ore) Fisiologia energetica di Stomaco e Milza.	(12 ore) Singoli alimenti di I FASCIA: semi, pesci crostacei e molluschi. Bevande e condimenti
6 seminario 23 – 24 giugno	(4 ore) Fisiologia energetica di Cuore e Intestino tenue.	(12 ore) Singoli alimenti di II FASCIA: carni, verdure, spezie ed erbe aromatiche. Introduzione alle ricette
7 seminario 8 – 9 settembre 2018	(4 ore) Fisiologia energetica di Vescica e Rene	(12 ore) Singoli alimenti di III FASCIA: Frutta, uova e latticini (4 ore) Qigong

8 seminario 29 settembre 2018	(8 ore) Fisiologia energetica di Ministro del Cuore e Triplice Riscaldatore, Vescica Biliare e Fegato;	
9 seminario 27 – 28 ottobre 2018		(4 ore) La figura professionale del consulente alimentare. Analisi delle ricette. (8 ore pratica in cucina) La costruzione delle ricette mirate.
10 seminario 17 novembre 2018	(4 ore) Le cause di malattia in medicina cinese ESAMI	

**Secondo anno corso di Alimentazione energetica:
programma e calendario indicativo**

Data	Medicina tradizionale cinese (48 ore) (lezioni disponibili anche on line)	Alimentazione/Qigong (80/8 ore)
1 seminario dicembre 2018	(8 ore) Valutazione energetica 1: le Otto Regole Diagnostiche. I Quattro Metodi di indagine: osservare, sentire i Polsi	(4 ore) Pratica di Qigong
2 seminario gennaio 2019	(8 ore) Valutazione energetica 2: i Quattro Metodi di indagine: chiedere o interrogare.	(4 ore) Pratica di Qigong
3 seminario febbraio 2019	(8 ore) Valutazione energetica 3: i Quattro Metodi di indagine: osservare la lingua, palpare.	
4 seminario marzo 2019	(8 ore) La differenziazione delle sindromi 1: Le sindromi energetiche in base a Qi, Sangue e Liquidi	(8 ore) Basi di dietetica occidentale - 1

Programma e calendario provvisori del corso. I calendari e i programmi aggiornati sono disponibili sul sito www.scuolatao.com
La scuola si riserva di modificare date e contenuti al fine di offrire una migliore programmazione didattica

5 seminario aprile 2019	(8 ore) La differenziazione delle sindromi 2: Le sindromi in base agli organi e visceri 1: Milza, Stomaco, Fegato, Vescicola Biliare)	(8 ore) Basi di dietetica occidentale - 2
6 seminario maggio 2019	(8 ore) La differenziazione delle sindromi 3: Le sindromi in base agli organi e visceri 2 Polmone, Grosso Intestino, Cuore, Intestino Tenue, Rene, Vescica)	(8 ore) Il deficit del Qi: alimenti e ricette.
7 seminario giugno 2019		(16 ore) Il deficit del Sangue: alimenti e ricette Deficit dello yin e il calore: alimenti e ricette
8 seminario settembre 2019		(16 ore) Il deficit dello Yang e il freddo: alimenti e ricette. Umidità e Tan: alimenti e ricette
9 seminario ottobre 2019		(8 ore) Stasi di Qi e Sangue: alimenti e ricette (8 ore) Pratica di cucina Alimentazione per squilibri
10 seminario novembre 2019		(8 ore) Ripasso e strategie per casi complessi
novembre 2019	Verifiche finali	

**Terzo anno corso di Alimentazione energetica (approfondimenti):
programma e calendario indicativo**

Data	MTC e Alimentazione (104 ore); Qigong (8 ore) (Modulo A 64 ore; Modulo B 48 ore)
1 seminario Modulo A Dicembre 2019	(16 ore) Il peso: magrezza eccessiva, sovrappeso, edemi Qigong
2 seminario Modulo A marzo 2020	(16 ore) Tra cucina e farmacia: le erbe dietetiche cinesi, i piatti medicati (8 ore pratica di cucina) Qigong
3 seminario Modulo A Maggio 2020	(16 ore) L'anziano e l'energia: osteoporosi, prevenzione dei tumori, accompagnamento terapia tumori, astenia, stress, insonnia. Qigong
4 seminario Modulo A Settembre 2020	(16 ore) Gli equilibri: diabete, disturbi della tiroide, alimentazione dello sportivo. Qigong
1 seminario Modulo B Dicembre 2020	(16 ore) La digestione: inappetenza, dolore di stomaco, nausea, stitichezza, diarrea cronica. Qigong
2 seminario Modulo B Febbraio 2021	(16 ore) La donna e il bambino: fertilità, mestruazione, menopausa, gravidanza, allattamento, svezzamento. Qigong
3 seminario Modulo B Maggio 2021	(16 ore) Il sangue: ipertensione, disturbi cardio-circolatori, ipercolesterolemia, arteriosclerosi. Qigong