

TRAVAIL CORPS/ESPRIT :

Méditation

chi qong

exercice de respiration par la cohérence cardiaque

Décodage biologique (une dizaine de séance) travail sur l'ouverture et le nettoyage des mémoires.

Au Balcon lyonnais (Korian) suite à mon opération du dos je fais Kiné, APA, balnéothérapie, psy hypnose et bientôt luminothérapie.

ALIMENTATION :

Suppression d'aliments à base de sucre

recherche d'une alimentation équilibrée à base de produits biologiques achetés en circuit court.

Orientation : légumes cuits vapeur, crudités, fruits, céréales, protéines végétales et animales (viande rouge, viande blanche, poisson...2 à 3 fois par semaine).

Suppression des aliments industrialisés.

ARTHERAPIE :

La pratique des arts occupe une part importante dans mon équilibre de vie.

Participation à un collectif d'artistes, avec lequel je fais de la photographie.

- musique (guitare/chant/musique assisté par ordinateur)

- écriture dans un blog : www.cancerjemesoigne.unblog.fr ou je parle de mon parcours, de mes rencontres, de mes recherches...je suis « un passeur ».

DIFFERENTES CURES REALISEES :

Cure d'une semaine au centre alternatif de traitement du cancer du Dr Hertog en mai 2018

Cure d'une semaine en ozonothérapie chez le Dr Schmitz en Belgique en juin 2019

Cure d'une semaine de vitamine C à haute dose avec un naturopathe en juillet 2020

Etudie actuellement la thérapie androgénique bipolaire avec le Prof Schulman en Belgique.