

## INTERVENANTS

Dr Alain BOURDOT

Médecin, Marseille (13)

Dr Jean CHAZARENC

Médecin, Colmar (68)

Mme Marie DICHAMP

Diététicienne, Turckheim (68)

M. Jean-Michel FLORIN

Coordonnateur du Mouvement de l'Agriculture Bio-Dynamique en France, coprésident de la Fédération Biodynamique internationale (BFDI), formateur, conférencier, écrivain, corédacteur de la revue *Biodynamis*, Colmar (68)

Dr Hernando SALCEDO FIDALGO

Médecin et chirurgien, expert en nutrition, membre des réseaux internationaux de la défense au Droit à l'Alimentation et la Nutrition Adéquate (FIAN), Colombie, Amérique du Sud

Mme Cornelia VELLUT

Nutrithérapeute avec formation complémentaire spécifique en alimentation selon les données de l'anthroposophie, Genève, Suisse

## PLAN D'ACCÈS



### Les Amanins

Centre de Séjour en agro-écologie  
1324 Route de Crest  
26400 La Roche-Sur-Grâne  
T. 04 75 43 75 05

### EN TRAIN

à 45 min de Valence TGV, à 30 min de Montélimar et à 15 min de la gare de Crest.

### EN VOITURE

Parking à disposition

### Coordonnées GPS

Latitude : 44.67069004956449  
Longitude : 4.946572768779887



Dessin : Sylvia Zillig

## Séminaire de médecine anthroposophique

Le défi de l'alimentation à notre époque  
**Les céréales**

**du jeudi 8 au samedi 10 mai 2025**

### Lieu du séminaire

Les Amanins  
Centre de séjour en agroécologie  
1324 route de Crest  
26400 LA ROCHE-SUR-GRANE

# Le défi de l'alimentation à notre époque – Les céréales

Du jeudi 8 au samedi 10 mai 2025 aux Amanins, La Roche-Sur-Grâne (26)



JEUDI 8 MAI		VENDREDI 9 MAI		SAMEDI 10 MAI	
		9h00	Chant <i>Jean Chazarenc</i>	9h00	Chant <i>Jean Chazarenc</i>
		9h45	Que deviennent les céréales à l'intérieur du corps humain ? <i>Alain Bourdot</i>	9h45	Le mythe de Déméter est-il encore d'actualité ? <i>Alain Bourdot</i>
		10h30	Pause	10h30	Pause
		11h00	Ateliers (2 groupes -G1 et G2- alternés) G1-Observation de céréales <i>Jean Michel Florin</i> G2-Expérimentation gustative (pain, pomme de terre, légumineuses) <i>Marie Dichamp</i>	11h00	Ateliers (2 groupes -G1 et G2- alternés) G1-Expérimentation gustative (pain, pomme de terre, légumineuses) <i>Marie Dichamp</i> G2-Observation de céréales <i>Jean Michel Florin</i>
13h30	Accueil	12h30	Déjeuner	12h30	Déjeuner
14h30	Ouverture et présentation du séminaire	14h30	Les intolérances alimentaires (exposé interactif) <i>Jean Chazarenc</i>	14h30	La cuisson des céréales (exposé interactif) <i>Cornelia Vellut</i>
15h00	Le chemin des graminées aux céréales <i>Jean Michel Florin</i>	15h30	Place des céréales dans le contexte des maladies chroniques non transmissibles <i>Hernando Salcedo Fidalgo</i>	15h45	Bilan du séminaire Perspectives pour un prochain séminaire
16h30	Pause	16h30	Pause	16h30	Fin du séminaire
17h00	Ateliers (2 groupes -G1 et G2- alternés) G1. Expérimentation gustative de pains <i>Cornelia Vellut</i> G2. Expérimentation gustative de riz <i>Marie Dichamp</i>	17h00	Ateliers (2 groupes -G1 et G2- alternés) G1-Rencontrer les céréales en couleur <i>Jean Michel Florin</i> G2-Découverte de la tisane d'avoine <i>Cornelia Vellut</i>	<p style="text-align: center;"><b><u>Matériel nécessaire</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Couvre-chef</li> <li>• Bonnes chaussures et chaussures de marche</li> <li>• Carnet de dessin - Crayon papier - Crayons de couleur</li> <li>• Loupe de botaniste (grossissement 10x)</li> <li>• Chaussons (pour la salle)</li> </ul>	
18h15	Ateliers (2 groupes -G1 et G2- alternés) G1. Expérimentation gustative de riz <i>Marie Dichamp</i> G2. Expérimentation gustative de pains <i>Cornelia Vellut</i>	18h15	Ateliers (2 groupes -G1 et G2- alternés) G1- Découverte de la tisane d'avoine <i>Cornelia Vellut</i> G2- Rencontrer les céréales en couleur <i>Jean Michel Florin</i>		
19h30	Dîner	19h30	Dîner		
20h30	Du cours aux agriculteurs à la résilience inverse <i>Hernando Salcedo Fidalgo</i>	20h30	Table ronde : Échanges autour du monde des céréales		

# CONDITIONS GÉNÉRALES

Ce séminaire est ouvert aux professions médicales, paramédicales et pharmaceutiques, ainsi qu'aux thérapeutes d'orientation anthroposophique.

**TARIFS** (par personne) :

Inscription non membres

professions médicales et pharmaceutiques ..... 350 €  
professions paramédicales, thérapeutes, étudiants, retraités ..... 180 €

Inscription membres à jour de leur cotisation

professions médicales et pharmaceutiques ..... 300 €  
professions paramédicales, thérapeutes, étudiants, retraités ..... 150 €

## HÉBERGEMENT ET RESTAURATION :

L'hébergement est à organiser par vous-même. Voici quelques propositions :

**Hébergement "écologique-nature" possible sur place.**

Pour les conditions, contacter le secrétariat de l'AFEDMA

**Camping La Magerie** (Gites de 6 personnes) - à 3 km des Amanins

260 route des Fayes, 26400 LA ROCHE SUR GRANE

04 75 62 71 77 - la.magerie@wanadoo.fr

**Gîte La Granette** (Gîte 4 personnes) - à 4 km des Amanins

D166, 26400 LA ROCHE SUR GRANE - 06 32 23 32 36

**Gîtes d'Autichamp** - à 6 km des Amanins

26400 AUTICHAMP - 06 32 15 47 41

**Hôtel La Demeure de Grâne** - à 9 km des Amanins

8 place de l'Eglise - 26400 GRANE

04 75 62 60 64 - contact@lademeuredegrane.com

**Forfait 4 repas végétariens aux Amanins** (jeudi soir, vendredi midi, vendredi soir, samedi midi)

comprenant Entrée-Plat-Fromage/Dessert-Boissons chaudes

Forfait 4 repas du séminaire (par personne)

participant (avec pauses) ..... 100 €

accompagnant (sans pauses) ..... 80 €

Repas du jeudi 8 mai midi en option ..... 20 €

## INSCRIPTION :

L'inscription est enregistrée de façon définitive à la date de réception du règlement et donne lieu à l'émission d'une facture acquittée.

Une inscription partielle à une partie seulement du séminaire ou repas à la carte n'est pas possible.

## CONDITIONS D'ANNULATION :

Annulation sans frais jusqu'au 01/04/25. Après le 01/04/25 seuls les frais d'inscription au séminaire pourront être remboursés, sauf cas de force majeure à justifier.

**Bulletin à renvoyer avant le 1er avril 2025, accompagné de votre règlement correspondant, par chèque ou par virement, à :**

**AFEDMA - Secrétariat**

BP 62102

68059 MULHOUSE CEDEX 2

Tél. 03 67 26 03 97 - E-mail : contact@afedma.fr

IBAN : FR76 1470 7508 2070 2187 8669 089 - BIC : CCBPFRPPMTZ

# BULLETIN D'INSCRIPTION

## Le défi de l'alimentation à notre époque - Les céréales

Du jeudi 8 au samedi 10 mai 2025 aux Amanins, La Roche-Sur-Grâne (26)

Nom ..... Prénom .....

Profession .....

Adresse .....

Téléphone .....

(obligatoire)

E-mail .....

(obligatoire)

Accompagnant (le cas échéant) :

Nom ..... Prénom .....

**DÉTAIL INSCRIPTION** (cocher les cases correspondant à votre choix) :

### SÉMINAIRE (tarifs par personne)

Frais d'inscription non membres

professions médicales et pharmaceutiques ..... 350 €

professions paramédicales, thérapeutes, étudiants, retraités ..... 180 €

Frais d'inscription membres à jour de leur cotisation

professions médicales et pharmaceutiques ..... 300 €

professions paramédicales, thérapeutes, étudiants, retraités ..... 150 €

### REPAS VÉGÉTARIENS (tarifs par personne)

Forfait 4 repas du séminaire (jeudi soir, vendredi midi, vendredi soir, samedi midi)

participant (avec pauses) ..... 100 €

accompagnant (sans pauses) ..... 80 €

Repas du jeudi 8 mai midi en option ..... quantité : ..... x 20 €

Intolérances alimentaires : .....

### DÉPLACEMENT (à préciser pour une éventuelle organisation de covoiturage)

Voiture

Train

Autres :

**TOTAL** ..... €

**Bulletin à renvoyer avant le 1er avril 2025, accompagné de votre règlement correspondant, par chèque ou par virement, à :**

**AFEDMA - Secrétariat**

BP 62102

68059 MULHOUSE CEDEX 2

Tél. 03 67 26 03 97 - E-mail : contact@afedma.fr

IBAN : FR76 1470 7508 2070 2187 8669 089 - BIC : CCBPFRPPMTZ