

AMBASSADOR CLUB TOULOUSE AVENIR

28 mars 2025

Soirée conférence avec Françoise JADAS



La réunion du Club Ambassador Club Toulouse Avenir s'est déroulée le 28 mars 2025, au restaurant Les Feuillantines à Balma, et nous avons eu le grand plaisir d'accueillir Françoise JADAS, Naturopathe à Blagnac.

Elle définit la naturopathie comme étant la médecine que pratiquaient nos aïeux, une « médecine traditionnelle occidentale », qui évite d'avoir des traitements agressifs.

Françoise nous rappelle que la médecine soigne les symptômes, par exemple, si on n'arrive pas à dormir, on prend des somnifères, alors que, comme le disait Hypocrate, il faut chercher la cause, de la cause de la cause...

A partir de là, on comprend que notre santé dépend de notre assiette, mais aussi de notre façon de gérer le stress, on va soigner le terrain et non pas les symptômes.

On va s'occuper du corps physique, mental et émotionnel. On peut rajouter la marche, l'odorat, le plaisir de partager. Cela fait partie du bonheur et cela va nous permettre de sécréter des endorphines, ce qui fait que l'on n'est pas malade.

Françoise nous a parlé aussi de la nutrition consciente. Il y a des dénominateurs communs à toutes les écoles, mais il faut individualiser en fonction de notre tempérament, de nos habitudes, de notre profession. Et c'est ainsi que l'on aura la solution.

Pour mettre en lumière ces dénominateurs communs, elle s'est intéressée à :

- la bionutrition et l'enseignement des Méthodes naturelles dirigé par André Passebecq à Paris 13
- l'association Kousmine Française, dont elle est membre
- l'enseignement de Robert Masson

Elle a approfondi les ouvrages de :

- Pr Marchesseau (biologiste et pionnier de la Naturopathie)
- Daniel Keiffer (président de la Fehnaman)

Elle s'intéresse de près aux études en matière de nutrition du :

- Pr Joyeux (cancérologue)
- Dr Seignalet
- Dr Rueff
- Pr David Servan Schreiber

Françoise nous propose du bon sens, accessible à tous, en essayant de faire rimer « santé et gourmet » avec une alimentation saine, biologique, équilibrée et de saison.

Elle nous rappelle qu'il faut manger le matin comme un Roi, le repas du midi comme un Prince, et le repas du soir comme un Pauvre.

Avec comme objectif pour pallier les carences et pollutions alimentaires, en optimisant l'apport de vitamines, minéraux, oligo-éléments, et en minimisant leurs déperditions.

Vous vous en doutez, les questions ont été très nombreuses à la fin de la conférence.

Elle nous a enchantés !



Françoise ne donne plus de rendez-vous individuels, mais elle propose des stages de 4 h sur la nutrition et sur la naturopathie.

Elle organise également des week-ends mieux être Vitalité ou Détox gourmande.

Si vous souhaitez en savoir plus :

contact@francoisejadas.fr

06 81 59 70 93

www.francoisejadas.fr

Chaque convive a apprécié le bon repas et la belle salle mise à notre disposition, ainsi que l'apéritif qui nous a permis de discuter tous ensemble.



Et, cerise sur le gâteau, toutes les femmes présentes ont eu droit à une danse, invitées par un « taxi boy » anonyme, qui a mis une super ambiance !! Une très belle soirée animée ! Mais, ne pourrait-on pas le prendre dans notre club ambassador ???

Merci à toutes les épouses du Club Ambassador Concorde d'être venues si nombreuses !

Le Club Ambassador Toulouse Avenir