

Similis

Journal des Homéo-Patients

Numéro 26 - DECEMBRE 2013

Calendrier

- ▶ Société Hahnemannienne
15^e journée Dauphiné-Savoie - Aix-les-Bains
6 et 7 décembre 2013
- ▶ Assemblée Générale d'AHP-FR
Centre Socio-culturel d'Endoume - Marseille.
Judi 30 janvier 2014 à 12 h 45
- ▶ 3^{es} Assises du Médecin Homéopathe
Hôpital Saint-Jacques - Paris.
1^{er} février 2014
- ▶ 69^e Congrès LMHI
Liga Medicorum
Homeopathica Internationalis
Palais des Congrès - Paris
16/19 Juillet 2014

Le mot de la Présidente

Chers amis et amies,

L'association reste fidèle à sa mission principale — c'est-à-dire poursuivre son action de soutien de l'homéopathie médicale au niveau régional, national et européen.

Pour accomplir cette mission, les actions de AHP-FR ont été très soutenues tout au cours de l'année. 2013 a été à la fois inquiétante et pleine d'espoir pour l'homéopathie médicale.

Pleine d'espoir car les responsables de Santé publique à travers l'Union Européenne s'intéressent de plus en plus à cette médecine dont ils commencent à comprendre l'efficacité. Ils savent en plus que dans ce domaine il y a une demande croissante de la part des patients.

Inquiétante à cause de la situation complexe créée par l'obligation d'enregistrer tous les remèdes.

sont allées à Nice pour assister aux Assises du Pôle Most.

Au début d'octobre, AHP-FR a été invité par le Syndicat National des Médecins Homéopathiques à Paris aux Entretiens Homéopathiques organisés par la fédération des sociétés médicales d'homéopathie. La présidente et la vice-présidente ont pu s'y rendre. AHP-FR a demandé aux médecins réunis en congrès d'accentuer leur coopération avec nous pour sensibiliser les patients sur l'intérêt d'une association de patients. Il y a eu beaucoup de visites à notre stand. Il est en effet indispensable de nous faire connaître car il nous faut de nouvelles adhésions et en grand nombre pour amplifier nos actions de défense de la médecine homéopathique. Vous aussi vous pouvez participer en parlant d'AHP-FR à votre médecin et à vos amis.

La réunion annuelle d'EFHPA a eu lieu fin octobre à Naples. La présidente a pu s'y rendre. Vous pouvez lire le résumé de cette journée dans ce *Similis*.

Projets pour 2014

Notre AG se tiendra au siège de l'association le jeudi 30 janvier à 13 h 30 Vous recevrez la convocation soit par internet soit par la poste. Notez déjà la date.

Une conférence sera organisée en juin.

Similis sera publié deux fois et nous vous tiendrons au courant de toute évolution de l'homéopathie en France et en Europe.

Nous continuerons de participer à certains congrès pour nous faire connaître et pour nous informer de la situation de l'homéopathie et nous espérons pouvoir aller à l'AG de l'EFHPA et de l'ECH qui se tiendra à Bruxelles en novembre 2014

Nous étoffons également notre Conseil d'Administration et "recrutons" de nouvelles personnes passionnées de cette médecine et prêtes à apporter leurs compétences pour animer notre "petite association" qui a vocation à devenir une "grande association" Contactez nous!

Bonnes fêtes et merci de votre soutien. Surtout rejoignez-nous en 2014 et soyez nombreux à diffuser des informations d'AHP-FR autour de vous et à recruter de nouveaux adhérents.

Très amicalement,

Jeanne Ricard

Bilan des activités de l'association

Notre travail annuel reste ciblé sur l'information. *Similis* a été publié en juin et décembre et nous vous avons fait parvenir par internet un update sur les actualités homéopathiques en France et en Europe pendant l'été.

Le site Web est tenu à jour par notre webmaster Caroline Matteo. Nous la remercions de faire ce travail important.

Conférence annuelle : Le 19 septembre le Dr Luc Siméon, médecin homéopathe nous a présenté une conférence dont le thème était Homéopathie et Alimentation Saine. Une vingtaine de personnes étaient présentes et le débat qui a suivi était très animé. Merci à tous ceux qui se sont déplacés. Nous tenons à remercier le Dr Simeon d'être venu de Manosque pour animer cette soirée bien sympathique. Vous pouvez lire le compte rendu de la soirée dans ce *Similis*.

Adresse courriel : l'association a une adresse courriel depuis plus d'un an et nous voudrions l'utiliser de plus en plus pour vous tenir informés le plus rapidement possible. Pour faciliter cette démarche je vous serais reconnaissante d'écrire clairement votre adresse sur le bulletin d'adhésion et de me confirmer vos adresses par un petit courriel à l'adresse de l'association : asso.homeopatient.fr@gmail.com

Présence dans les congrès et réunions

Depuis le printemps, AHP-FR a participé à plusieurs manifestations homéopathiques. D'abord en avril la présidente et la trésorière



Association Homéo-Patients – France

Directeur de la publication: Jeanne Ricard

Siège social: AHP-FR - Centre Socioculturel
285, rue d'Endoume 13007 Marseille

Adresse Postale: Madame Ricard - AHP-FR
Les Charmilles de la Torse
1^{bis} avenue du Val-Saint-André
13100 Aix-en-Provence
asso.homeopatient.fr@gmail.com

Création graphique et impression
AHR Marseille 04 91 31 73 40

Cotisation Annuelle AHP France

12 €: adhésion simple

20 €: membre bienfaiteur

Petites et grandes recettes pour entretenir sa santé avec l'alimentation et l'homéopathie

Cette année, notre conférence annuelle s'est tenue le 19 septembre à la Maison du Citoyen à Marseille et s'est intéressée à l'alimentation comme carburant pour l'entretien de notre santé. Nombreux sont les homéo patients qui concilient alimentation saine et homéopathie pour entretenir leur forme et leur santé.

Le Docteur Siméon, médecin homéopathe à Manosque (04), nous a conduits dans un itinéraire tour à tour anatomique et alimentaire, passant en revue le fonctionnement de quelques organes et viscères clés, et d'aliments précieux pour les entretenir. Luc Siméon a utilisé l'image du moteur pour illustrer le fonctionnement de notre organisme : un moteur n'a pas seulement besoin de carburant mais d'un carburant adapté et de bonne qualité. De même, si l'alimentation doit apporter des calories à l'organisme, ce qui est nécessaire mais pas suffisant, encore faut-il que ces calories soient de bonne qualité. Pendant longtemps, on a privilégié une "diététique de la quantité et des nutriments" qui faisait passer au second plan la question de la nature des nutriments et de leur qualité.

Or, une alimentation trop raffinée, comportant de nombreux aliments industriels encrasse peu à peu notre organisme. "Les aliments morts envahissent nos assiettes" affirme le Docteur Siméon : excès de sucres, de graisses, de sel, cuisine au beurre, finissent par constituer "des déchets fumants et toxiques". "Si on demande à notre organisme des exploits en permanence, on finit par faire brûler la chaudière". Alors certes on peut recourir à des extincteurs (par exemple des anti-inflammatoires) alors que "le corps sait faire tout cela naturellement". L'outil homéopathie, "ce monde immense des petites doses" nous aide à faire ce travail de "ré-accordage", en soutien d'une alimentation qui préserve les équilibres naturels.

Exit les mauvaises graisses, les huiles raffinées qui ont été "cassées, déformées, bouchées par les procédés d'extraction" et qui viennent "salir le corps". On retrouve le plaisir des huiles crues qui ont un rôle fondamental dans le bon fonctionnement de la cellule et la souplesse de sa membrane. De même le Dr Siméon

passé en revue les erreurs courantes qui peuvent rendre les corps gras toxiques tels que les noix qui sont dans le pain aux noix et qui, ne supportant pas la chaleur de la cuisson, deviennent impropres à la consommation, ou les graisses des viandes qui, grillées au barbecue, sont elles aussi toxiques alors que des cuissons douces, par exemple, les papillotes respectent beaucoup mieux les aliments et leurs saveurs.

Rôle fondamental de l'intestin dans le maintien d'une bonne santé

Notre intestin joue le rôle d'un immense filtre (il pourrait couvrir la surface d'un appartement de 200 m²). Si sa muqueuse est en mauvais état, il ne joue plus son rôle de barrière et laisse passer des déchets qui encrassent notre organisme. Comment rétablir l'équilibre quand il a été perturbé ? En épurant notre alimentation, en restaurant l'état des membranes grâce à l'apport d'huiles crues de bonne qualité, en consommant des aliments fortement antioxydants tels que citron, radis, choux, navets, en évitant certaines associations alimentaires telles que céréales avec des fruits (pain et pastèque ou melon dans un même repas ne font en général pas bon ménage)... en pratiquant des lavements de l'intestin ou en pratiquant le jeûne, "véritables vacances de l'organisme". Un intestin en mauvais état peut favoriser des troubles tels que le surpoids, des verrues, des tumeurs, des idées obsessionnelles, divers troubles nerveux.

Au cours de cette conférence à laquelle participaient une vingtaine de personnes, le Docteur Siméon nous a guidés dans une lecture pleine de bon sens du fonctionnement de notre corps et nous a donné des clés pour favoriser notre autonomie en matière de santé.

Anne Didier-Pétrémant
Vice-présidente de AHP-FR



Graines de courge et de tournesol grillées

Un petit rafraîchissement a été servi à l'issue de la conférence. Vous avez été nombreux à me demander la "recette" des graines de courge et de tournesol grillées que nous vous avons proposées. Un petit complément alimentaire inhabituel dans notre revue d'homéopathie mais qui a sa place dans un article consacré à la diététique de la santé!

Griller à sec dans une poêle, à feu moyen et pendant quelques minutes, une poignée de graines de courge et de tournesol (décortiquées!) en remuant régulièrement pour ne pas noircir/brûler les graines.

Lorsqu'elles ont une couleur "dorée", arrêter le feu et verser dans la poêle une petite cuillère à café de tamari (sauce de soja) ou de shoyou (sauce de soja et blé) en continuant à remuer pour bien homogénéiser les graines et la sauce.

Ces graines grillées sont délicieuses à l'apéritif ou pour parsemer sur salades et plats de légumes et de céréales.

Profil du "patient Thuya"

Dans le tableau du patient Thuya, il y a un psychisme inquiet, une tendance aux idées obsessionnelles

Il/elle se sent fragile, "comme du verre".

Le patient thuya est très sensible et aggravé par l'humidité (surtout à 3 h ou 4 h du matin), aux vaccinations et aux traitements lourds (tels qu'antibiotiques, corticoïdes, tranquillisants)...

Il/elle souffre de nombreuses pathologies traînantes génito-urinaires (cystites, pertes blanches) ou respiratoires subaiguës et qui durent, de type rhumes ou crachats persistants.

Le patient Thuya a souvent des ganglions et une hypertrophie des organes lymphatiques.

Des sueurs grasses anormales et à odeur d'oignon le fatiguent.

Il a également des troubles des ongles (dédoublés), des cheveux (gras, fragiles, pellicules)

Le sillon entre le nez et la joue est gras.

Il fait des verrues, des condylomes, des excroissances et des tumeurs (polypes).

Une digestion difficile

Le cortège des troubles digestifs est abondant, il digère mal, surtout après les repas : gonflements, bruits et gargouillements inconfortables, à l'estomac

et plus encore à l'abdomen, sensations que le ventre bouge, gaz et flatulences douloureuses, éructations rances après avoir mangé des aliments gras Le patient peut également présenter des anomalies du transit : une diarrhée matinale après petit-déjeuner, des selles jaunes, beaucoup de gaz.

Pour les cas plus anciens, une constipation avec des selles noires et sèches.

Tous ces ennuis digestifs sont provoqués ou aggravés par les abus de thé, d'oignons, de viandes grasses, de bière, de café ou de tabac, en bref, tout ce qui ralentit la digestion.

Il ressent un fort désir pour le sel (il en abuse généralement), les aliments lui semblent souvent fades. Il aime beaucoup le thé et le chocolat.

Il n'aime pas la viande ni les pommes de terre.

Quelques symptômes "curieux"

- ▶ Les boissons tombent bruyamment dans l'estomac
- ▶ Sensation de "quelque chose" de vivant dans le ventre (protubérances abdominales se déplaçant comme les membres d'un fœtus)

▶ Sensation d'un lien qui enserre l'abdomen

Thuya est le grand remède de la "SYCOSE", un état général qui a tendance à faire des problèmes infectieux longs, des troubles digestifs divers et au final une plus grande propension aux tumeurs.

Au début de ma pratique en Normandie, je croyais que le climat humide causait ces états. Puis, en Haute-Provence jouissant d'un climat très sec, j'ai compris que les abus de traitements chimiques avaient aussi une très grande part de responsabilité : pollution atmosphérique, antibiotiques, hormones, vaccins, rayons, pesticides, etc.

L'alimentation saine est donc essentielle pour les patients Thuya. La méthode Kousmine est très bénéfique pour ces patients.

En agissant précocement dès le début des problèmes, l'homéopathie fait du bien assez rapidement et permet d'arrêter le cercle vicieux des traitements chimiques trop forts et évite la dérive vers les maladies graves et les cancers.

Dr Luc Siméon

*Médecin homéopathe
Délégué régional de la SNMHF*



L'homéopathie mondiale en France

69^e Congrès de la Ligue médicale homéopathique internationale (LMHI)

Du 16 au 19 Juillet 2014, au Palais des Congrès à Paris.

AHP-FR se doit de tenir ses adhérents au courant de ce congrès qui pour l'ensemble de la communauté homéopathique française est un événement exceptionnel. Ce sera une occasion unique pour les médecins et même les patients de rencontrer des médecins du monde entier.

Comité organisateur

Dr Claude Binard, Président du Congrès LMHI 2014

Dr François Gassin, Vice-Président du Congrès LMHI 2014

Dr Yves Maillé, Secrétaire LMHI-France,
Secrétaire du Congrès LMHI 2014

Dr Philippe Servais, Président National du LMHI France,
Vice-Président du Congrès 2014

Informations

Site Web : lmhi2014.org

E-mail : info@lmhi2014.org

Thème principal du congrès

Depuis deux siècles, des milliers de médecins homéopathes, partout dans le monde, ont traité des milliers de patients pour des pathologies les plus diverses. Grâce aux publications, aux rencontres entre confrères aussi bien régionales que nationales et internationales, une immense expérience clinique s'est ainsi accumulée et continue à l'être. Aujourd'hui plus que jamais, des échanges permanents entre praticiens permettent à cette connaissance de circuler.

Or, toute cette matière clinique disponible s'avère extrêmement hétérogène

tant dans la prise en charge et l'analyse faite des cas décrits par les collègues que dans les critères de guérison pris en considération.

Je voudrais que ce congrès français soit, pour chacun, l'occasion de réfléchir sur ce sujet et de partager ses propres expériences.

▶ Il y a-t-il, pour vous homéopathe, différents niveaux de guérison ?

▶ Si oui, quels sont-ils et peuvent-ils être différents de ceux retenus en allopathie ?

▶ Et, question subsidiaire mais capitale : quelles sont les stratégies mises en œuvre dans votre pratique ?

Celles-ci peuvent être multiples selon l'enseignement reçu, l'expérience et les connaissances acquises, selon les opportunités qu'offrent les consultations, voire même l'idéologie de certains praticiens. Nous comptons sur vous pour soutenir cet échange et continuer à ouvrir l'horizon du possible.

Le thème central de ce congrès sera donc :

**L'Homéopathie en mouvement
Stratégies et critères de guérison**

info@LMHI2014.org

