

## **L'approche tempéramentale, une clé pour comprendre nos différences et cheminer vers une santé équilibrée.**

Régis Close est praticien en santé naturelle et traditionnelle spécialisé notamment en profilage naturopathique. Il exerce sa profession à travers des consultations individuelles et des cours, ateliers, conférences. Il co-dirige l'Ecole de Santé Holistique dans laquelle il enseigne l'approche tempéramentale à travers diverses matières telles que la nutrition, la gemmothérapie, l'aromathérapie, la physiologie, les pathologies,... mais aussi des matières telles que l'astrologie. Il est également spécialisé dans l'accompagnement de pauses alimentaires pour lesquelles il utilise cette approche personnalisée permettant des conseils individualisés.

Les tempéraments sont utilisés depuis des millénaires sous diverses appellations à travers le monde dans les systèmes de santé traditionnels. Leur bonne analyse permet de comprendre les causes des maladies physiques et des déséquilibres de l'esprit. Ils sont influencés par nos habitudes et mode de vie, par notre alimentation, par les saisons, les âges de la vie, par nos relations, par nos pratiques spirituelles, notre rapport au monde et en même temps ils influencent tout cela. Ils ont vocation à nous maintenir en santé. C'est pour quoi ils doivent être maintenus en état d'équilibre. Lorsque nous sommes dans cet état harmonieux, nous exprimons nos aspects positifs et nous sommes en bonne santé psycho-émotionnelle et physique. Lorsque nous sommes dans un état de déséquilibre tempéramental nous développons partiellement notre nature négative d'abord de manière peu perceptible (changement émotifs, alteration des pensées,...), et puis de manière plus prononcée et matérialisée (pathologie psychique plus marquée, pathologies physiques aigues puis chroniques, etc...) à mesure que le déséquilibre s'accroît.

Pour en savoir plus, n'hésitez pas à nous rejoindre lors de nos Portes ouvertes ou demander notre programme de formation et ensuite en discuter autour d'un entretien.

*Régis Close*  
*Praticien en santé naturelle et traditionnelle spécialisé*  
*Co-directeur de l'Ecole de Santé Holistique*