



Josseline Georges Educatrice de santé/Naturopathe
Praticienne de massages bien-être/Enseignante de Yoga

n° SIRET 34822532700041

LE BAIN DERIVATIF, POUR QUI ? POUR QUOI ?

Une pratique naturopathique

À qui s'adresse le Bain Dérivatif ?

Jusqu'à 150 ans, aux filles et aux garçons !

En soixante ans, nos conditions de vie ont changé et notre température interne est montée en moyenne de 6 dixièmes, mettant ainsi notre organisme en état inflammatoire permanent, ouvrant la porte à bien des désordres : obésité, diabète, douleurs inflammatoires, déprime..

Qu'est-ce que le Bain Dérivatif peut apporter?

- Améliorer la résistance au froid
- Redonner de la vitalité globale
- Améliorer la libido
- Faire monter la sérotonine : notre antistress naturel
- Faire monter l'immunité
- Supprimer les états inflammatoires
- Supprimer certaines douleurs
- Améliorer la circulation basse, réduire les hémorroïdes
- Soulager les crises d'asthme
- Chasser les graisses épaisses en faisant circuler les graisses brunes ou fluides
- Améliorer la silhouette
- Lutter contre l'obésité et le diabète gras

... Plus tout ce que nous ne savons pas encore !

Historique

Le bain de siège ou le Bain Dérivatif sont connus depuis des milliers d'années en Chine, en Inde, il est pratiqué depuis toujours en Nouvelle-Guinée, nous en trouvons des traces dans le Coran et la Torah (ablutions plusieurs fois par jour), et il est pratiqué en France et dans le Monde par des millions de personnes. Louis Kuhne hygiéniste Allemand fin 19ème, Salmanoff, Le prof. Marchesseau biologiste et père de la Naturopathie moderne, Henri-Charles Geffroy, Raymond Dextreit, tous les grands de la Naturopathie tenaient en grande estime les « bains de siège », puis France Guilan qui a développé sa méthode « des bains dérivatifs ».

On appelle bain de siège, le fait de tremper dans une grande cuvette remplie d'eau fraîche, ou dans un bidet ou un seau, uniquement la partie la plus basse de notre corps, de l'entre-jambe à l'aïne, en position assise, les pieds et les jambes hors du bain. Le reste du corps doit être couvert très chaudement avec un maillot de corps et un pull, mettre des chaussettes, ou une écharpe ou une grande serviette éponge pour vous couvrir le dos dans une pièce légèrement chauffée. Avec un gant de toilette éponge, trempé dans l'eau froide, vous le passez pendant minimum 15 minutes entre les jambes.

Le pratiquer, assis le plus confortablement possible, au-dessus d'une cuvette, bassine, seau ou bidet rempli d'eau.

Les femmes passent le gant de toilette de haut en bas, sur les plis de l'aïne et sur les grandes lèvres de haut en bas, lentement, à gauche puis à droite ou inversement mais jamais de bas en haut pour des raisons d'hygiène évidentes.

Les hommes sur le prépuce au début en tenant avec 3 doigts le repli de peau qui entoure le gland de la verge, qui sera maintenue vers l'eau ; faire glisser le gant de toilette en douceur sur les plis de l'aïne et aussi sur les bourses, puis remonter au-dessus de la verge, en un geste de va et vient entre l'eau fraîche et la zone à rafraîchir, passant alternativement à droite et à gauche.

Sous les plis de l'aïne se trouvent de nombreux ganglions lymphatiques qui grâce aux frictions sont davantage sollicités : leur action est alors renforcée, chaque « opération » (gauche puis droite ou inversement) doit durer 2 à 3 secondes.

Ce bain dérivatif se fera entre 10 à 20 mm

Ces pratiques faites ponctuellement ou régulièrement sont excellentes pour la santé... mais demandent une certaine constance et du temps. Il est vrai que nous pouvons obtenir les mêmes effets en utilisant des poches...

L'institut de France Guilan a mis au point ; une poche de gel spéciale Bain Dérivatif, authentique et originale.

La création de la **poche fraîche spéciale YOKOOL®**, ergonomique est aux meilleures normes sanitaires, a révolutionné la pratique de cette technique, la rendant plus accessible et plus pratique pour tous.

La poche YOKOOL peut être utilisée à tout moment de la journée et de la nuit, à la maison, au bureau ou en voyage.

Pour en connaître l'usage ; consulter le site de France Guilan qui en donne toutes les explications. Les poches peuvent être commandées directement sur le site