

Comment mettre son cerveau dans de bonnes conditions d'apprentissage ?

Les difficultés rencontrées par tout « apprenant » ! (Liste non-exhaustive)

Quelles sont celles que vous rencontrez le plus souvent, celles qui vous parviennent aux oreilles ?

(Réponses d'un point de vue général -> ça revient trop souvent... et non spécifique -> une fois de temps en temps !)

Réponses « possibles » à vos questions.

Quel que soit le problème d'apprentissage de l'apprenant... tenez compte de ce qui suit... si vous le voulez bien !

- Le **gluten** se compose des protéines de **gliadine** et **gluténine**... (B.S.O.A.K.GdE.F)
- La **caséine** est la protéine contenue dans tous les laits animaux.

Les peptides opioïdes

Pendant le processus de la digestion, et d'autant plus chez les personnes souffrant d'**hyper-perméabilité intestinale** (c'est-à-dire pratiquement tout le monde !) la caséine et le gluten sont partiellement décomposés en substances appelées **peptides opioïdes**, qui ont une structure chimique semblable à la morphine. Ces **opioïdes**, appelés casomorphine, gluteomorphine et gliadinomorphine, ont un effet sur le système nerveux central et les neurotransmetteurs.

Les peptides (chaîne d'acides aminés) de gluten et de la caséine réagissent avec les **récepteurs d'opiacés dans le cerveau**, imitant ainsi les effets des opiacés comme la morphine et l'héroïne.

Attrance pour les céréales et le sucre !

Les enfants atteints d'autisme comme beaucoup de malades souffrant d'alcoolisme ou de maladies neurologiques comme la sclérose en plaques ont souvent un **goût immodéré** pour le pain, les pâtes (au gruyère), les pizzas et les produits laitiers et pour le sucre (addiction aux sucres). Ces personnes atteintes d'autisme, de schizophrénie, maladies psychiques en général, de maladies neurologiques, réagissent très fort au gluten et aux produits laitiers mais **ces aliments ont un effet sur le psychisme de tout le monde**.

Ces peptides, que personne ne digère complètement, sont absorbés dans le corps, se lient à des récepteurs opiacés et entraînent la modification du comportement provoquant différentes réactions physiologiques.

Pour tous les produits

À vous de faire une sélection intellectuelle (-> anamnèse) ou une sélection en testant les produits par rapport à celle-ci ; à vous de déterminer la posologie en suivant les indications prévues par le distributeur ou via votre testing ! Il est clair que le corps, quand on sait l'interroger, donne les bonnes indications. **Il est indiscutablement le plus à même de savoir ce qui est bon pour lui !**

Pour tous les produits

Il est préférable de donner peu mais... sur du long terme. L'année scolaire dure 9 mois !

La nutrithérapie vitaminorienne systématique !

Antioxydo – Super Oméga-3 – Iodo – Juveno

Auxquels viendra ou « viendront » s'ajouter :

- Le manque de sommeil et le sommeil de mauvaise qualité

[60%]

(Mal dormir, difficultés d'endormissement, nuit agitée, réveil en pleine nuit, réveil fatigué...)

Quelques infos théoriques !

* Le sommeil est la fonction réparatrice organique... mais aussi « d'intégration cérébrale » !

* Dossier sommeil récupérateur : quoi mettre en place ? (Transmis en formation)

La nutrithérapie vitaminorienne du sommeil !

Hyperico – Calmo – Actio (Insomnie en deuxième partie de nuit) – Trypto – Magnésio – D3

- **La fatigue** cérébrale qui se mêle à la **fatigue générale**, les deux s'entretenant... [80%]

- **Le manque de concentration, d'attention, de présence...** [80%]

Difficultés d'être « ici et maintenant », dans ce que l'on doit faire, l'esprit s'échappe facilement !

Quelques infos théoriques !

* Avoir un sommeil récupérateur est... la base de la lutte contre la fatigue mais... ce n'est pas le seul !

* **Vérifier et traiter énergétiquement les allergies connues comme « inconnues »...** Vous n'imaginez pas à quel point c'est important de s'assurer « énergétiquement » que ce que l'on mange régulièrement sert bel et bien à engendrer de l'énergie plutôt... qu'en enlever ! (NETALLERGIES®)

* Suppression de certains aliments, augmentation des autres... (Voir les deux conférences)

La nutrithérapie vitaminorienne de la fatigue !

Fero – Vitaminero – Enzymo – Stimulo – Magnésio – Immuno – Squaleno – Acero ou C-Vitamins

- **Mémorisation** (Première intégration des informations) [100%]

(Difficultés à intégrer des informations, à apprendre ce qui est nouveau...)

- **Remémorisation** (Réintégration, deuxième – Xème – intégration des informations) [60%]

(Difficultés à réintégrer des informations, à apprendre ce qui normalement à déjà été appris et... qui est déjà oublié !)

- **Restitution** (Expression des informations...) [60%]

(Difficultés à restituer pour différentes causes : j'ai mal appris donc « non-appris » ;

j'ai peur de la mauvaise note (les conséquences qu'elle va engendrer), je suis en état de stress...)

Quelques infos théoriques !

* Avoir un sommeil récupérateur est... la base de la lutte contre la fatigue ! L'apprenant qui veut « apprendre » se doit d'éloigner la fatigue au quotidien... le plus loin possible ! C'est la base des bases. **La suite logique** : apprentissage-intégration -> mémorisation-remémorisation-fixation -> restitution, pour que tout cela puisse se réaliser dans les meilleures conditions, ça implique de ne pas être « trop fatigué, trop stressé » ; c'est la base des bases (je le redis pour que ça rentre mieux !).

La nutrithérapie vitaminorienne des neurones !

Elle est comprise dans la nutrithérapie vitaminorienne systématique !

- **Trop de stress scolaire** (engendrant trop de tension nerveuse, corporelle...) [20%]

(Mauvaise ambiance au sein de la structure, harcèlement, violences, difficultés d'intégration...)

Quelques infos théoriques !

* Vous êtes « parent » : intervenez de manière ferme et durable ! Celui qui ne dit mot consent. C'est terrible mais c'est comme ça... Observez votre enfant, posez-lui des questions (et aussi à son entourage !). N'hésitez pas à vous affirmer auprès des instances scolaires... Il y a les mots et la manière de les dire ; que celle-ci soit congruente, surtout si vous vous inquiétez ! L'école n'est plus un sanctuaire pour les enfants mais un espace considérablement « anxiogène » pour grand nombre.

* Pensez à demander régulièrement à votre enfant si tout va bien... en le regardant profondément dans les yeux... pas entre la poire et le fromage ! Si vous ne posez pas de questions, normal que vous n'ayez pas non plus de réponse... N'attendez pas le dernier moment.

*** Toutes les violences doivent être signalées... Peut-importe que les résultats ne soient pas au RDV en temps et en heure ! Des traces écrites sont importantes (dépôt de plainte, main courante ; vous avez le droit d'écrire directement au procureur de la république ; ne vous en privez pas).**

- **Trop de stress familial** (engendrant trop de tension nerveuse, corporelle...) [20%]

(Mauvaise ambiance, séparation ou divorce des parents, violences conjugales, violences entre frères et sœurs, harcèlement sexuel...)

Quelques infos théoriques !

* Vous êtes « parent » : remettez en cause votre fonctionnement... comme le fonctionnement au sein du foyer. Un coup de main demandé à un (une) psychothérapeute de renommée peut sérieusement vous aider en peu de séances. Il faut juste avoir l'esprit ouvert et s'autoriser à descendre de son piédestal qui souvent... n'est qu'un petit tabouret !

- **Trop de stress environnemental** (engendrant trop de tension nerveuse, corporelle...)
(Quartier défavorisé, drogue, prostitution, vols, harcèlement, insécurité...)

[40%]

Quelques infos théoriques !

* Un déménagement est peut-être à prévoir ! Chacun fera comme il le peut en son âme et conscience. Ce n'est jamais ni amusant, ni plaisant mais, à l'extrême... ça peut sauver une vie. Il faut parfois savoir prendre sur soi, même et surtout quand... c'est douloureux.

- **L'hyperactivité, l'agitation, la nervosité, l'irritabilité...**

[20%]

(Je ne tiens pas en place... où que je sois !)

Quelques infos théoriques !

* Hyperactivité ou « quelque chose y ressemblant » ; « TDAH ou TDAI » reconnu ou non ! -> Revoir les conférences.

* Alimentation à revoir, nutrithérapie, Edu-kinésiologie, psychothérapie, orthophonie...

La nutrithérapie vitaminorienne du stress par excès ; quelle qu'en soit l'origine !

Actio – Trypto – Hyperico – Magnésio

- **L'absence de motivation** à apprendre !

[40%]

(L'école ne présente aucun intérêt...)

Quelques infos théoriques !

* La fatigue constante, l'abrutissement médiatique (destruction considérable des cerveaux juvéniles comme adultes !), l'absence d'activités physiques (sportives), la « malbouffe » (solide et liquide), les drogues (le cannabis...), le manque de sommeil récupérateur, les différents stress (scolaires, familiaux, environnementaux)...

Une pléthore de facteurs peuvent en être la cause. À vous d'essayer d'en déterminer la ou les causes !

Bonne chance.

En fonction de... nutrithérapie vitaminorienne !

Dans tous les cas de figure...

Concernant les apprenants qui ont beaucoup de peine à « apprendre... pensez toujours au monde de l'énergétique. Quand l'énergie est bloquée (et elle est toujours bloquée...), quelles qu'en soient les causes, il faut la débloquer.

Une problématique que l'immense majorité du corps médical... n'aborde jamais !

Seuls les kinésologues, les praticien en médecine chinoise, les magnétiseurs... s'intéressent à l'énergie du vivant. Si vous ne le saviez pas, vous êtes « énergie », c'est scientifique !

Tout est Energie

Science

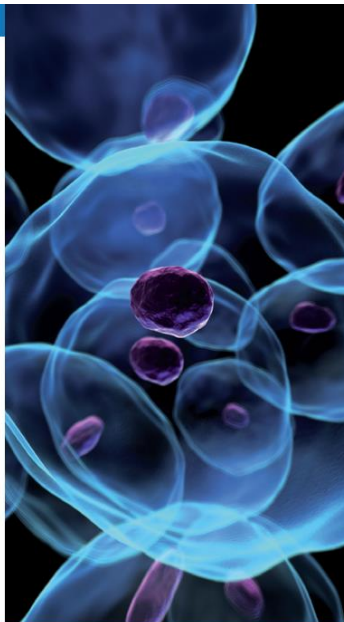
Tout solide est «vide»

Les **Particules Subatomiques** sont séparées par des vides immenses qui font de l'atome un espace vide à 99.999%

Les humains

- Les Humains sont composés de Systèmes
- Les Systèmes sont composés d'Organes
- Les Organes sont composés de Tissus
- Les Tissus sont composés de Cellules
- Les Cellules sont composées d'ADN
- L'ADN est composé de Molécules
- Les Molécules sont composées d'Atomes
- Les Atomes sont composés de Particules subatomiques (protons, neutrons, électrons, quarks ...).

Ces particules sont des densifications de région de l'espace et n'ont pas d'existence propre.



www.bebooda.org