

TABLES NEWSLETTERS

2009

Pour lire ou relire un article, retrouver un Qi gong, découvrir un ouvrage sur la Sibérie ou un des livres écrit par les membres de la fédération, voici les tables des principaux articles parus dans les Newsletters de 2009.

• AUTOUR DE LA SIBÉRIE

- Ouvrages sur la Sibérie (1) – *février 2009*
- Les mystères des montagnes Sunduki – *mars 2009*
- Les légendes du Choumak – *avril 2009*
- Ouvrages sur la Sibérie (2): romans et récits – *mai 2009*
- Chamanisme et vie quotidienne, la tradition de la viande séchée – *août 2009*
- Été 2010, voyage en Sibérie: La Khakassie – *octobre 2009*
- La Khakassie, berceau de la civilisation sibérienne – *novembre 2009*

• PRATIQUE

- Qi gong des cinq couches de la peau – *janvier 2009*
- Travail avec les arbres : le Qi gong du bouleau – *février 2009*
- Méditation : la contemplation taoïste – *mars 2009*
- Qi gong pour vitaliser les aliments vivants – *avril 2009*
- Qi gong des orteils et des organes du ventre – *mai 2009*
- Qi gong de la voie lactée – *août 2009*
- Qi gong pour l'amélioration de la circulation des liquides du corps – *octobre 2009*

• VOS QUESTIONS

- Comment mieux se reposer après avoir développé au travail une forte activité mentale ? – *janvier 2009*
- Comment améliorer la mémoire à long terme ? – *février 2009*
- Pourquoi, au printemps et en automne, les changements de saison sont-ils si difficiles à passer ? – *mars 2009*
- J'ai lu que vous utilisez le Ba Gua comme un art martial. Comment cela est-il possible ? – *avril 2009*
- Quelle est la différence entre l'énergie des pieds et des mains ? – *mai 2009*
- Comment neutraliser les effets du décalage horaire ? – *août 2009*
- Quel est le rôle des orteils ? – *octobre 2009*
- Le corps rituel – *novembre 2009*

• VIE DE LA FÉDÉRATION

- Présentation du livre de Danièle Flaumenbaum, « Femme désirée, femme désirante » – *janvier 2009*
- Présentation du livre de Jean-Gabriel Foucaud, « Runes et chamanisme » – *février 2009*
- Présentation du livre de Victor et Marina Zalojnov, « Les perles du Qi gong » – *mars 2009*
- Portrait de Natalia Popova, membre de Sibérie – *avril 2009*
- Itinéraire d'un médecin sibérien, par Youri Lonshakov – *mai 2009*
- Yin et Yang dans l'art pictural chinois, par Marynka Ostriv – *mai 2009*
- Les ateliers du dimanche: les organes yin et le système Wu xing (première partie), par Nathalie Le Guay – *novembre 2009*

