COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Bordeaux, le 18 mars 2021

Soirée Santé Mollat #5

Quels apports de l'hypnose et la méditation dans une médecine intégrative ?

Les soirées santés initiées par la librairie Mollat et le CHU de Bordeaux ~~et~~ ont pour objectif de répondre aux interrogations du grand public sur différentes thématique de santé. Le 1er Lundi de chaque mois, un expert du CHU de Bordeaux vient à la rencontre du grand public pour répondre à leurs questions.

La cinquième Soirée santé Mollat/CHU a pour thème :
« Quels apports de l'hypnose et la méditation dans une médecine intégrative ».
et sera animée par le Pr François Sztark, responsable du centre de ressources et de recherche en hypnose et méditation au CHU de Bordeaux.

→ à suivre en direct le 29/03 à 18h sur le compte Facebook et sur la chaîne YouTube de la librairie Mollat https://www.youtube.com/user/LibrairieMollat ou en différé sur les chaînes YouTube de la librairie Mollat et du CHU de Bordeaux :

https://www.youtube.com/user/CHUBordeaux

La **médecine intégrative** correspond à l'intégration, dans le parcours de soins d'un patient, des pratiques issues de la médecine conventionnelle et des **pratiques complémentaires** les plus adaptées à chaque patient. Elle tient compte de la personne dans sa globalité (corps, esprit, émotions, mode de vie …) et permet **une prise en soin personnalisée**, où la relation thérapeutique est au premier plan.

Dans ce cadre**, l'hypnose clinique et thérapeutique** et la méditation de pleine conscience sont des **interventions non médicamenteuses** dont les bénéfices ont été montrés dans de nombreuses situations. Ces deux pratiques complémentaires sont de plus en plus souvent proposées par les professionnels de santé ; elles ont chacune des spécificités et des indications privilégiées qui seront discutées au cours de cette conférence.

(*) Francois Sztark est particulièrement investi dans la prise en charge de la douleur et propose des consultations d'hypnose clinique et thérapeutique, notamment dans le contexte périopératoire et obstétrical. Il est également instructeur MBSR et anime un programme de méditation de pleine conscience pour les soignants du CHU de Bordeaux.

Contacts presse

CHU de Bordeaux - Direction de la communication et de la culture
communication@chu-bordeaux.fr / Tél. 05 56 79 61 14
Julie RAUDE - 07 86 65 79 61 - Caroline PERET - 06 27 43 46 75

Mollat / Station Ausone
Mathilde Carpentier **m.carpentier@mollat.com / 05 56 56 40 28**