

# E.D. C.A.S.

Ensemble **D**éfendons le **C**itoyen et l'**A**venir pour la **S**anté



Association Régie par la Loi du 01 Juillet 1901 et par le Décret du 16 Août 1901  
Date de la fondation : 26 Novembre 1996

**21 Rue Paul Cézanne  
41100 NAVEIL**

**Tél. et Fax. : 02.54.73.91.91**

**E-mail : edcas.41@wanadoo.fr**

**Site Médical et Paramédical : [www.edcas.org](http://www.edcas.org)**

Même si l'été n'a pas suffi à mettre du baume dans votre cœur, cela ne doit pas vous empêcher d'échanger, de communiquer et de prendre en soi les aspects positifs que nous offrent la vie. Partager la connaissance et la rendre encore plus disponible à tous qui est, je le rappelle, le but de notre association.

Bien des thèmes, lors de nos prochaines réunions, seront développés. Alors 2008 sera une année encore plus florissante pour nous tous. Un peu de patience, comme il se doit, et je vous invite à consulter notre site pour télécharger le bulletin Info N° 41 de Décembre 2007.

Si vous êtes membres du corps de santé, bénévoles et personnes intéressées par l'entraide médicale et paramédicale et **vous aimeriez que l'association développe un thème, alors nous sommes à votre écoute.**

Nous sommes aussi à la recherche de témoignages.

Merci de vous faire connaître via notre site ou tout simplement par écrit.

Le Président,

**Docteur Pierre BULLE**

*« Ne vous fiez pas à vos premières idées. L'observation et l'action sont deux antithèses qui se synthétisent dans une parfaite complémentarité indissociable ! »*

*Rodolf-Karel CANOY*



## Bulletin Info

### N° 40

### Septembre 2007

#### Dans ce numéro :

Le prix moral des cadeaux au moment de Noël	2
Stress et dépression : la musique adoucit les mœurs	7
Les prochaines réunions	10
Les membres du bureau	11
Numéros disponibles et à paraître	13

## MedicalmSanté

Stimulation neuro-musculaire

Site : [www.medicalmsante.com](http://www.medicalmsante.com)

Courriel : [medicalmsante@orange.fr](mailto:medicalmsante@orange.fr)

À Noël, on échange des cadeaux. En évaluant la somme que l'on est prêt à y consacrer, on espère que la réciprocité sera de mise, sinon attention aux déceptions et aux rancœurs !

Dès le mois de novembre, les devantures des boutiques, les vitrines des grands magasins parées de guirlandes et autres ornements nous rappellent que Noël est à nos portes et qu'il va être temps de se préoccuper des cadeaux. Le signal commercial est donné. Plus la date fatidique de cette réunion familiale approche, plus la frénésie consummatrice devient perceptible. Chacun est alors envahi par l'angoisse de ne pas terminer à temps l'ensemble des achats, de ne pas trouver les idées appropriées, celles qui plairont. Le shopping n'est plus toujours une agréable flânerie, mais devient parfois une détestable obligation. Pourquoi un tel état d'esprit accompagne-t-il cet événement où devraient coexister le plaisir d'offrir et celui de recevoir.

En fait, cette période n'est pas seulement celle d'une course aux cadeaux, elle est surtout celle où s'énoncent - explicitement ou implicitement - les alliances, les mésalliances et les désalliances. Le choix d'un cadeau, le moment où on l'offre participent d'une démonstration sociale complexe à travers laquelle de multiples modes d'échanges sont mis en scène. C'est ce qui fait tout l'intérêt de l'étude de ce moment particulier, bien que d'autres, tels que les anniversaires, les mariages, les baptêmes, etc., soient tout aussi instructifs pour comprendre les relations familiales et sociales.

Au cœur des échanges de cadeaux réside le lien social : en cela, notre société n'est pas différente des autres. Ainsi, les premiers anthropologues ont été fascinés par les systèmes d'échanges qu'ils observaient dans d'autres sociétés que les nôtres, et certains d'entre eux ont même considéré que

l'échange était le fondement de toute société.

### La règle du lien social

Parmi les formes d'échanges les mieux décrites dans la littérature anthropologique, citons la kula rapportée par l'ethnologue polonais Bronislaw Malinowski en 1922 et le potlatch observé par l'anthropologue allemand Franz Boas en 1899. La kula est un système intertribal d'échanges, pratiqué en Mélanésie, et qui existe toujours. Elle recouvre des transactions à la fois à l'échelle locale et à l'échelle d'un archipel. Ainsi, des colliers et des brassards de coquillages, échangés de façon différée parcourent un même circuit fermé, mais en sens inverse. Après une certaine période, les objets reçus sont remis en circulation ; leur valeur tient à la continuité de cette transmission. Leur détention provisoire procure prestige et renommée. Quant au potlatch, il signifie don ou donner dans un contexte cérémoniel dans les populations amérindiennes de la côte Nord-Ouest de l'Amérique du Nord. Il désigne des manifestations organisées à l'occasion d'événements (mariage, funérailles, par exemple) et dans des contextes de rivalités entre chefs cherchant à maintenir leur rang social. Il s'agit de la distribution de biens de prestige (notamment des couvertures tissées) et de nourriture, par un hôte, à des invités ; ce qui permet à un individu d'acquérir une influence politique et une position sociale, ou de la maintenir. Le donataire a obligation de rendre, au

靈氣

*Elisabeth d'Arcangues*  
*Maître en Reiki*  
*Acupuncture Traditionnelle*  
*Fleurs de Bach*  
*E M F*

17, chemin du Rin de la Forêt  
41190 CHAMBON sur CISSE  
Tel : 02 54 70 10 67 & 06 62 09 68 62

donateur, l'équivalent de ce qu'il a reçu.

### Obliger l'autre

La première forme d'échange a été qualifiée par Marcel Mauss, le fondateur de l'anthropologie française, de « phénomène social total ». Elle sera, avec la seconde forme, au cœur de son analyse publiée entre 1923 et 1925 dans son *Essai sur le don. Forme et raison de l'échange dans les sociétés archaïques*. Il y dégage la règle fondamentale de l'échange : une triple obligation qui consiste à donner, recevoir et rendre. Cette règle permet d'établir et de maintenir des relations sociales et ceci dans toutes les sociétés. Une fois entrés dans l'échange, nous sommes pris dans un cycle, dont il est bien difficile de sortir sans dommage social. Ainsi renoncer à la réciprocité peut contribuer à la rupture du lien. Bien sûr, le don est aussi un instrument de pouvoir : il peut être impossible de rendre ce que nous avons reçu. Nous sommes alors éternellement débiteurs, à moins de refuser de recevoir.

*« Le pouvoir de l'argent n'a jamais connu le pouvoir de l'affect : il en est, du reste, son pire ennemi ! »*

*Rodolf-Karel CANOY*

Cette place centrale du don dans les sociétés traditionnelles a conduit certains anthropologues à opposer les sociétés à dons et les sociétés à marchandises, ou encore sociétés traditionnelles versus sociétés industrielles où les transactions marchandes monétarisées jouent un rôle important.

Cette opposition, qui schématise les relations d'échange de dons, a été remise en cause. Il semble bien difficile aujourd'hui de maintenir cette différence : don et marchandise sont étroitement mêlés dans notre société, sans que le premier puisse d'ailleurs être considéré comme un

vestige archaïque. Ils peuvent même être interchangeables comme la monnaie qui est parfois don et parfois marchandise. De même, la marchandise est mise très largement au service du don dans nos sociétés, comme au moment de Noël.

### Recréer sa « famille »

On peut considérer Noël comme un rituel collectif. Même s'il n'est plus toujours religieux, Noël reste sacré, avec une référence mythique. Selon le fondateur de la sociologie française, Emile Durkheim, l'expérience du sacré est celle d'une communion avec le groupe. Ce dernier peut être, bien sûr, la société où nous vivons, mais il peut être plus restreint, par exemple la famille. En célébrant cette fête, nous exprimons notre appartenance à une communauté, à une famille ; il suffit d'observer la réprobation qui frappe celui qui refuse d'y participer, qualifié alors d'asocial. En même temps, ce jour-là, l'isolement et la



## MedicalmSanté

Stimulation neuro-musculaire

Site : [www.medicalmsante.com](http://www.medicalmsante.com)

Courriel : [medicalmsante@orange.fr](mailto:medicalmsante@orange.fr)

Philippe BORTOLUSSI  
Château de la Haute Martinière  
35000 RENNES

Tél./Fax. : +33 (0)2.99.54.20.80

solitude apparaissent d'autant plus insupportables. Outre sa dimension collective, le contenu de ce rituel est lié à un certain nombre de valeurs idéologiques, telles que démocratie et égalité ; on va donc organiser des célébrations pour tout le monde, ce qui intègre les personnes habituellement marginalisées, par exemple les personnes sans domicile fixe. Surtout, Noël célèbre une utopie familiale sur le modèle de la Sainte Famille ; une sacralisation d'un modèle normatif: celui de la famille nucléaire. Tous ceux qui n'appartiennent pas à ce modèle doivent gérer, masquer cette différence : comment réunir tous les enfants d'une famille recomposée, pour satisfaire l'ensemble de ses membres ? Célibataire, où vais-je passer cette fête ? Le décalage entre utopie et réalité conduit certains à considérer ce jour comme le plus horrible de l'année. Au-delà de cette caractéristique, il faut insister sur la spécificité de notre système de parenté que les anthropologues ont qualifié

*« Le plus beau cadeau qu'offre la vie est bien la profondeur réelle de l'affect envers autrui même si celui-ci l'ignore ou le rejette car il est de toutes les façons dans l'essence des relations humaines »*

**Rodolf-Karel CANOY**

aux sociétés matrilineaires (les Ashanti du Ghana ou les Iroquois d'Amérique du Nord) où le choix de ses parents n'est pas possible, nos sociétés présentent un tissu familial où nous pouvons privilégier certaines relations.

Par exemple, nous sommes amenés à établir des relations avec les familles de notre père et de

notre mère : au sein de ce paysage, nous avons la possibilité d'affermir certaines relations et pour en laisser s'étioler d'autres. Cette démonstration par le biais de l'échange de cadeaux permet parfois de garder une relation avec des membres de notre parenté que nous voyons rarement, ou encore de compenser le fait que nous ne pouvons pas passer le réveillon avec eux. Ainsi, à côté de la contrainte du rituel collectif et de la nécessité de maintenir des liens en offrant des cadeaux, nous disposons d'une certaine liberté dans l'échange, propre à nos sociétés individualistes.

### Evaluer ses relations

Chaque année, nous avons la possibilité de réévaluer la place de chacun, y compris la nôtre, dans notre réseau familial et amical. Pourtant cette liberté n'est pas sans engendrer anxiété et stress : on est acculé à reconsidérer l'ensemble de nos liens sociaux. Parfois on essaye d'y échapper en remettant les achats de cadeaux au dernier moment dans un désir vain de ne pas faire de choix parmi parents et amis. Au moment de Noël, l'échange de cadeaux est certes réciproque, mais surtout simultané. Il n'y a pas de « délai » de réflexion pour évaluer la valeur du cadeau et être sûr qu'on rend quelque chose d'équivalent. Ceci engendre une incertitude, une crainte de ne pas entrer dans un schéma de don respectueux et équilibré. On s'interroge : « Que vais-je offrir à celui-ci ? Pourvu qu'il ne me fasse pas un cadeau trop imposant, par rapport à celui que je lui ferai. » Si l'on en croit cette analyse, le don ne serait guère spontané ! Faut-il une bonne fois pour toutes, même pour les enfants, tracer une croix sur le Père Noël ? Certes, on ne demande pas aux enfants de rendre un cadeau quand ils en ont reçu un à Noël. Toutefois, il semble que Noël soit aussi pour eux une occasion d'apprentissage : en voyant

certaines personnes se faire des cadeaux, ils deviennent conscients de cette pratique et ils la reproduisent en grandissant. Ils découvrent aussi que les cadeaux ont un prix. Ne vous est-il jamais arrivé, en recevant un beau stylo ou une paire de chaussures, de vous surprendre à estimer intérieurement son prix ? Nous effectuons tous cette opération mesquine. Dans notre société contemporaine, le cadeau, à la fois don et marchandise, contribue par ce caractère paradoxal à susciter une tension entre valeur affective et valeur marchande. Noël est une sorte de grand marché où nous exerçons notre capacité d'estimation des marchandises et de relation avec l'autre.

Nous avons essayé de comprendre les logiques de cette estimation au moyen d'entretiens menés avec des personnes s'exprimant librement à propos des cadeaux qu'elles avaient faits ou reçus à Noël. À partir de ces témoignages, nous avons montré que la valeur économique du cadeau est généralement proportionnelle à l'intensité du lien avec un parent et en dehors de la famille, au degré d'amitié ; elle sert de mesure relationnelle.

### L'argent des cadeaux

Ceci se manifeste particulièrement au moment de l'offre : la famille réunie (toutes générations confondues) se retrouve autour d'un sapin, pour ce moment magique - ou tragique - du grand déballage. En France, la tradition veut que l'on ouvre son cadeau devant les autres. Visage joyeux ou mine défaite reflètent plus ou moins discrètement le sentiment de celui qui reçoit le cadeau. Le donataire dit poliment apprécier le geste, mais intérieurement évalue le coût, établissant une proportion entre valeur affective et valeur marchande. La phrase « Il ne fallait pas... » renvoie à ce petit calcul mental intime. Difficile, d'ailleurs, pour

les personnes interrogées, de dévoiler au cours de l'enquête ce jeu qui remet en question le principe de gratuité du don. Ainsi, la relation au cadeau est hypocrite : elle s'inscrit dans une symétrie et une réciprocité qui repose sur un calcul et une évaluation.

La rencontre entre société de don et société de marchandise se manifeste plus encore dans le phénomène du don d'argent. Là encore, une règle se dégage de nos études : seuls les parents peuvent offrir de l'argent à leurs enfants ou les grands-parents, à leurs petits-enfants. Les personnes interrogées disent n'avoir jamais reçu un cadeau d'argent de la part d'un étranger à la famille, en dehors des cadeaux collectifs ; ces dernières confessent cependant avoir éprouvé une impression d'ambiguïté face à ce type de cadeaux. Pourquoi un cadeau en argent suscite-t-il un sentiment de gêne ? Cette forme de cadeau contredit le principe du don gratuit, du moins sans valeur marchande apparente. Nous avons remarqué, par les entretiens que nous avons menés, que les personnes recevant un cadeau sous forme d'argent achètent presque toujours un objet, comme s'il était nécessaire de matérialiser ce don par un objet qui rend visible le lien entre donateur et donataire.

### Exprimer la relation

Les enquêtes que nous avons réalisées auprès de ménages ou d'individus vivant seuls révèlent une autre caractéristique des cadeaux, qui concerne, non pas la façon de les offrir ou de les recevoir, mais de les « faire vivre » : le cadeau a une vie après avoir été offert. Une estampe ou un bibelot est exposé dans le salon ; un collier est porté en certaines circonstances.

Le cadeau est le plus souvent offert au regard de la personne de qui on l'a reçu. C'est



une façon de marquer l'importance qu'on lui accorde, et de réaffirmer le lien qu'on accepte avec elle. Inversement, les individus qui vivent une rupture dramatique mettent de côté définitivement, voire détruisent les cadeaux reçus, ce qui n'est pas seulement une manière « d'oublier » la personne avec qui la rupture a eu lieu, mais aussi de lui montrer qu'on récuse le lien qui avait été établi. Ainsi, les cadeaux sont des indices révélateurs des relations avec notre entourage.

Certes, dans notre société, les échanges commerciaux sont dominants. Cependant, la

*« Il est pourtant si facile de prendre mais si difficile de donner que cela engendre bien des conflits d'incompréhensions jusqu'à la destruction du système humain ! »*

*Rodolf-Karel CANOY*

l'ethnologie du cadeau, on constate que les objets échangés à Noël ou en d'autres occasions n'ont rien d'anodin. Les vexations sont fréquentes, et un cadeau mal ajusté peut être ressenti comme une insulte : peut-être l'avez-vous déjà vécu, et savez-vous alors que ces « ratés » peuvent laisser une empreinte durable dans une relation.

On sait désormais pourquoi l'être humain est si sensible à l'acte du don : il est le terreau du lien social.

Sophie CHEVALIER, Maître de conférence en Ethnologie  
Anne MONJARET, Ethnologue CNRS



### *Massages aux huiles essentielles*



## **MedicalmSanté**

Stimulation neuro-musculaire

Site : [www.medicalmsante.com](http://www.medicalmsante.com)

Courriel : [medicalmsante@orange.fr](mailto:medicalmsante@orange.fr)

Philippe BORTOLUSSI  
Château de la Haute Martinière  
35000 RENNES

Tél./Fax. : +33 (0)2.99.54.20.80

Sans stress, la vie serait une sinécure. Malheureusement, le stress est omniprésent. Vous vous souvenez sûrement d'une réunion de travail qui s'est mal terminée, où vous avez eu une âpre discussion avec l'un de vos collègues. De retour chez vous, vous étiez dans un état de tension extrême. Vous vous êtes installé sur votre canapé et vous avez pris un apéritif. En vain : votre estomac est resté noué, et vous n'avez pu oublier vos soucis. Puis vous avez mis un morceau de musique. Progressivement, vous vous êtes détendu et une sensation de bien-être vous a envahi.

Le stress modifie le fonctionnement de l'organisme. Sa première fonction est la défense. Nos lointains ancêtres étaient déjà dotés de systèmes de réactions qui devaient assurer leur survie dans les situations dangereuses. Quelques dizaines de milliers d'années ont passé entre l'attaque d'un ours des cavernes et une altercation avec un collègue agressif..., mais les réactions physiologiques sont les mêmes : du cortisol, l'hormone du stress, est relâché dans l'organisme et une cascade de réactions métaboliques prépare à la fuite ou au combat. L'événement passé, le cortisol reste quelque temps dans l'organisme : vous restez sur le qui-vive et votre estomac reste noué. Comment la concentration en cortisol se normalise-t-elle ?

Nous avons récemment mesuré les concentrations en cortisol chez des personnes ayant vécu une situation de stress déclenchée lors d'une expérience en laboratoire. Puis nous avons fait écouter de la musique à ces volontaires et nous avons constaté que certaines musiques particulièrement apaisantes et harmonieuses font diminuer la concentration sanguine en hormone de stress. Ainsi, la musique adoucit bien les mœurs !

### **Les circuits du stress**

Pour bien comprendre comment le stress naît d'une agression et peut être combattu, examinons la façon dont le cerveau réagit face à une situation difficile. Lors d'un stress d'origine psychologique ou physique (agression, angoisse avant l'examen, réunion houleuse ou tensions familiales), le système limbique, le centre des émotions, est activé. C'est ce système qui déclenche le plaisir de voir un ami ou la peur face à un serpent. Cette structure cérébrale comporte notamment une zone nommée complexe amygdalien, qui s'active fortement lorsqu'on ressent une agression, une frayeur, un sentiment désagréable.

Que fait votre complexe amygdalien lorsque vous vous êtes disputé ? Il vous prépare à vous défendre.

Il envoie un message à l'hypothalamus, lequel donne à l'hypophyse antérieure l'ordre de relâcher une hormone nommée ACTH. Cette hormone circule dans le sang jusqu'à deux glandes situées au-dessus des reins - les glandes surrénales - qui relâchent du cortisol. À son tour, le cortisol stimule des fonctions de l'organisme utiles pour se défendre contre une agression. Simultanément, il inhibe d'autres fonctions, notamment la sécrétion d'insuline ; le foie libère du glucose, qui n'est pas dégradé, puisque l'insuline diminue, de sorte que les muscles peuvent le consommer pour fuir ou affronter le danger. Le cortisol agit aussi sur le cerveau, où il favorise le comportement agressif.

Ainsi, le cortisol est bénéfique, puisqu'il favorise l'adaptation de l'individu à son environnement. Toutefois, quand le stress se prolonge et que sa concentration sanguine reste élevée, il devient nocif : à long terme, il perturbe les fonctions reproductrices et le système immunitaire, entraîne une prise de poids, favorise l'apparition de diabète de type 2, perturbe la mémoire ou favorise les dépressions.

Par conséquent, les concentrations sanguines en cortisol doivent rester normales.

### Musique en laboratoire

Comme beaucoup de personnes ont fait l'expérience du pouvoir relaxant de la musique (il existe des méthodes de musicothérapie pour combattre le stress), nous avons développé une approche scientifique pour savoir par quel phénomène salutaire la musique agit sur la concentration de l'hormone du stress. Nous avons réuni 24 étudiants de l'Université de Montréal et les avons placés dans des conditions de stress, en nous fondant sur un protocole de stress psychologique nommé *Trier Social Stress Test* (conçu en 1993 par les psychologues américains C. Kirschbaum et D. Hellhammer). Les étudiants étaient reçus par des expérimentateurs se présentant comme des psychologues du comportement. Ils leur annonçaient qu'ils seraient étudiés et filmés à travers une vitre sans tain.

Les étudiants disposaient de dix minutes pour préparer une intervention orale de cinq minutes, pendant laquelle ils devaient faire semblant de postuler à un emploi de leur choix. Puis, juste avant de commencer cet oral, on leur retirait leur feuille de préparation, ce qui leur causait un premier stress. Ensuite, on leur demandait de fixer la caméra, et de parler jusqu'à ce qu'on les autorise à s'arrêter.

Ils avaient beaucoup de difficultés à s'exprimer longtemps. Ils étaient impressionnés par ce protocole sérieux. En outre, on leur demandait d'effectuer pendant cinq minutes, sans s'arrêter, une tâche de calcul mental consistant à retrancher plusieurs fois le nombre 13 du nombre 1647, en énonçant à chaque fois les résultats intermédiaires. A chaque erreur, une sonnerie stridente retentissait et leur signalait qu'ils devaient recommencer depuis

le début.

À l'issue de cette épreuve, la moitié des étudiants allaient se détendre pendant 45 minutes dans un local calme. L'autre moitié écoutait en plus de la musique apaisante : compositeurs de musique de film ou d'ambiance, tels Vangelis, Yanni ou Enya.

En même temps, nous mesurons, à intervalles de temps réguliers, les concentrations de cortisol dans leur salive, grâce à des bâtons de coton qu'ils gardaient dans leur bouche. Nous avons observé que, 15 minutes après la fin du stress, la concentration en cortisol continuait à augmenter chez les étudiants se reposant sans musique. Au contraire, chez ceux qui écoutaient de la musique, la concentration en cortisol diminuait au bout d'un quart d'heure.

Que s'est-il passé chez les étudiants ayant écouté de la musique ? La zone du cerveau qui perçoit les sons, le cortex auditif, conjointement avec d'autres structures impliquées dans le traitement émotionnel ont été activées et ont vraisemblablement interagi avec le complexe amygdalien spécialisé dans les réactions de peur. Le complexe amygdalien a cessé de stimuler l'hypothalamus, lequel a cessé de provoquer la sécrétion d'ACTH par l'hypophyse. En absence d'ACTH, les glandes surrénales ont arrêté de libérer du cortisol.

Ce « circuit de l'apaisement » est encore hypothétique, mais des indices s'accumulent. Il y a quelques années, les chercheurs Ann Blood et Robert Zatorre, de l'Université Mac Gill, et Isabelle Peretz, de l'Université de Montréal, ont, par exemple, montré que la musique active des structures cérébrales intervenant dans la perception des émotions, notamment le complexe amygdalien et le cortex orbitofrontal, lesquels interagissent avec l'hypothalamus.



Ces observations sont encourageantes : il suffirait d'écouter de la musique pour ne plus sentir les effets du stress, mais toutes les musiques n'ont pas cet effet bénéfique. Les mélodies que nous avons utilisées étaient caractérisées par leur lenteur, leur régularité de tempo et leur harmonie. Il semble que le cortex auditif dispose d'une faculté naturelle pour reconnaître certains motifs sonores particuliers, stressants ou apaisants. Notamment, les morceaux comportant des disparités de rythme et des dissonances seraient plus stressants, alors que les tempos lents et réguliers seraient apaisants. Un autre style musical aurait sans doute eu des effets différents. Ainsi, une étude précédente a montré que la musique « techno », même lorsqu'elle est appréciée par les personnes qui l'écoutent, augmente la concentration sanguine en cortisol.

### **Mozart ou techno ?**

Que faire quand on est un inconditionnel de la techno et que l'on vit des situations difficiles au travail ? Heureusement, nous avons aussi constaté que l'effet antistress ne dépend pas tellement du goût personnel pour la musique. Certains étudiants ont déclaré ne pas avoir apprécié la musique qu'ils avaient entendue, et pourtant leurs concentrations en cortisol diminuaient autant que celles des étudiants qui aimaient les musiques proposées. Il semble plutôt que certaines caractéristiques des morceaux de musique agissent de façon inconsciente sur des structures cérébrales relativement constantes d'un individu à l'autre. Ainsi, que le passionné de techno se rassure : il peut écouter Mozart et s'en trouver apaisé.

Tout cela nous amène à relativiser notre point de vue initial. Finalement, il n'est pas tout à fait vrai que la musique adoucisse les mœurs. Elle peut aussi bien les agiter, si sa structure rythmique

est nerveuse et si elle comporte des dissonances.

Il serait plus juste d'en revenir à cet ancien adage : « Pour contrôler un peuple, contrôle sa musique. » Une réflexion qui n'a pas attendu la découverte du cortisol, puisque nous la devons à Platon qui l'a formulée il y a quelque 2 300 ans.

Stéphanie KHALFA

Chercheuse en Neurosciences Cognitives



## Les prochaines réunions :

Les réunions ont lieu le troisième mercredi du mois  
(sauf en Juillet et Août) à 20h30, Salle Sportive et Culturelle de Naveil,  
Rue du Stade, Salle de Réunions des Associations, derrière la Mairie de Naveil.

**Si vous souhaitez participer à l'une des réunions, veuillez en faire la demande par le biais du menu "contact". Vous recevrez une confirmation par courrier électronique. Par avance, Merci.**

*Sous réserve de changements de dernières minutes.*  
*(Impossibilité de vous joindre rapidement au dernier moment)*  
*Veuillez nous en excuser par avance*

- Le 17 Janvier 2007**      **Les réflexes posturaux et dynamiques par Nicolas FONTAINE**
- Le 21 Février 2007**      **Reiki et Intérêts dans l'exploration des pathologies  
par Madame Élisabeth D'ARCANGUES**
- Le 21 Mars 2007**      **Phytothérapie et Dépression par Monsieur RAGOT**
- Le 18 Avril 2007**      **Pathologies Ostéo-dentaires et Métaux lourds  
par Monsieur DUTILLEUL**
- Le 16 Mai 2007**      **Stimulation neuromusculaire  
Par Stéphane ROBINET et Philippe BORTOLUSSI  
+ Préparation du colloque national**
- Le 20 Juin 2007**      **La fibromyalgie en 2007. Où en sommes-nous ?  
Par le Professeur Francis BLOTMAN  
du Centre hospitalier Universitaire de Montpellier  
Centre de conférence à TOURS (37)**
- Le 19 Septembre 2007**      **Cas d'hypnose par Monsieur DEBUSSEROLLES**
- Le 17 Octobre 2007**      **Massages aux Huiles essentielles  
par Réjane de CARPE DIEM**
- Le 21 Novembre 2007**      **Un cas d'acupuncture par Monsieur Jean-Jacques BOBINEAU**
- Le 19 Décembre 2007**      **Assemblée Générale**



**PRÉSIDENT**

*Médecin Généraliste, Représentant National et International de l'association*

**Docteur Pierre BULLE**  
**Pierre.Bulle@wanadoo.fr**

**RESPONSABLE DE LA COMMUNICATION**

*Expert Psychologue, Psychothérapeute et Psychologue du travail*

**Rodolf-Karel CANOY**  
**canoy.expertpsy41@wanadoo.fr**

**ORGANISATIONS RÉGIONALES**

**Monique LATRON**  
**M.LATRON@wanadoo.fr**

**Madeleine BEZANNIER**  
**Écrire à : 7 Rue Creuse, 41120 CHAILLES**

**CHIRURGIEN-DENTISTE**

**Docteur GIUMELLI**  
**contact** (Précisez la personne)

**KINÉSITHÉRAPEUTES**

*Association pour le développement de l'hypnose*

**Jean-Michel de BUSSEROLLES**

**contact** (Précisez la personne)

*Exerçant sur Naveil (41)*

**Christelle POUDRAI-SASSIER**

**contact** (Précisez la personne)

**KINÉSITHÉRAPEUTE - OSTHEOPATHE**

**Frédéric VANPOULLE**  
**frederic.vanpouille@wanadoo.fr**

**MICROKINESITHERAPEUTE**

**Éric DE RYCKE**  
**contact** (Précisez la personne)

**CHIROPRACTEUR-IMMUNOTHERAPEUTE**

**Stéphane DEPONGE**  
**stephane.deponge@wanadoo.fr**

**KINÉSIOLOGUES**

**Olivier MAURIÈS**  
**olivier.mauries@tiscali.fr**



**REFLEXOLOGIE - DIEN CHAM**

David DAGET  
Reflexo37@tiscali.fr

**EDUCATION KINESTHESIQUE**

Nicolas FONTAINE  
edu-k@aliceadsl.fr

**YOGA - ENERGETIQUE - KINESIOLOGIE**

*Professeurs diplômés*  
Annie et Jean-François BREUIL  
contact (Précisez la personne)

**MAITRE DE REIKI**

*Membre de l'A.F.M.R*  
Élisabeth D'ARCANGUES  
edarcangues@caramail.com

**SOPHROLOGUE - SOMATOTHERAPEUTE**

Michel CLEMENT  
oscar37@club-internet.fr

**OSTEOPATHE**

Serge A. WHERLE  
osteopathie-nature@wanadoo.fr

**CHANT THÉRAPEUTE**

Alain DESCHAMPS  
contact (Précisez la personne)

**ACUPUNCTURE CHINOISE**

Jean-Jacques BOBINEAU  
bobineau.jean-jacques@wanadoo.fr

**TRESORIERE GENERALE**

Isabelle LONA  
contact (Précisez la personne)

**AUTRES MEMBRES**

BESNIER Dominique  
BOULAY Christine  
BROSSILLON Pierre  
CHEMINOT Sylvie  
FAUCHEREAU Jean  
GRIMAL Francine  
LAINE Véronique  
LEMELLE Mireille  
METAIS Lydie  
NERON Béatrice  
OURY Bernadette  
PITAUD Josiane  
PONTET Annick  
TOULEMONDE Luce  
TRICOTET Yves

contact (Précisez la personne)



## Numéros disponibles :

Numéros	Thèmes principaux	Mois de parution
17	Art thérapie et Monitoring	Juin 2001
18	Ondoline, Hydroxéur, Immunothérapie	Octobre 2001
19	Chakras et Dépression	Février 2002
20	Hypnose et Fibromyalgie	Mai 2002
21	Dépression et Suicide	Septembre 2002
22	Mort subite et Tentative de suicide	Décembre 2002
23	Nutrition, Cancer, Bio et Pollution chimique : Enfants victimes	Mars 2003
24	Dépression et Suicide	Juin 2003
25	Handicaps, Acouphènes, Toxoplasmose, Coups et Blessures, V.I.H., Eaux minérales, Fruits et légumes, Sel, Nutrition	Septembre 2003
26	Harcèlement moral, La dépression peut constituer un accident de travail, Les bienfaits de la « cohérence cardiaque, Ni Freud, ni prozac, L'univers compliqué du light, Schizophrénie, Épisode dépressif majeur, Nutrition	Janvier 2004





## Numéros disponibles suite :

Numéros	Thèmes principaux	Mois de parution
27	L'environnement influence nos gènes, Stress et trouble anxieux, Nutrition, Mort subite, Les acouphènes chroniques	Mars 2004
28	La nutrition : votre santé passe par elle !	Juin 2004
29	Stress et Dépression	Septembre 2004
30	Nos comportements Psychoaffectifs et ses inter-corrélations : Les sentiments	Décembre 2004
31	La dépression des personnes âgées Le stress au travail Le stress chronique épuise l'immunité Dépister les formes trompeuse de la dépression La famille du déprimé : de l'incompréhension à la culpabilité La vulnérabilité des patients déprimés	Mars 2005
32	Allergie alimentaire et Fausses allergies	Juin 2005
33	Stress, Anxiété et Fatigue	Septembre 2005
34	Votre enfant est-il hyperactif ? Narcissisme	Janvier 2006
35	Orgasme Structures et caractères	Avril 2006
36	Synthèse du colloque 2006 : la nutrition , une véritable médecine douce Mode d'emploi pour être sûr de soi Troubles obsessionnels compulsifs chez l'enfant et l'adolescent	Septembre 2006



## Numéros disponibles suite et à paraître :

Numéros	Thèmes principaux	Mois de parution
37	Amoureux et Narcissiques Le père Noël entre rêve et réalité	Décembre 2006
38	Enquêtes : * Surpoids : Mieux pour la tête que le cœur * La flore intestinale impliquée dans l'obésité * Besoins en eau. Cela ne coule pas de source * Les Européens et la sécurité alimentaire * Allergiques : attention aux baisers Les édulcorants ne stimulent pas la prise alimentaire Apprendre à goûter, apprendre à choisir Perte de poids : la chirurgie bariatrique Calcium et vitamine D	Mars 2007
39	La fibromyalgie en 2007 : où en sommes-nous ?	Juin 2007
40	Le prix moral des cadeaux au moment de Noël. Stress et dépression : la musique adoucit les mœurs	Septembre 2007
41	En étude	Décembre 2007
42		Mars 2008
43		Juin 2008

### Si vous le souhaitez, vous pouvez adhérer à l'Association E.D. C.A.S

*Coupon à couper ou à recopier puis à retourner, avec votre règlement, au :  
21 Rue Paul Cézanne 41100 NAVEIL (France)*

**Nom et Prénom :**

**Fonction :**

**Adresse :**

**Téléphone :**

**E-Mail :**

**Ville :**

**Pays :**

### Adhésion 2008

Montant (minimum 40 € ou \$) :      ,00 € ou \$      Par chèque      En espèces      Mandat-Lettre