

Acupuncture & Moxibustion

Voyage d'étude
à Shanghai

Du 23 Février au 09 Mars 2019



Organisé
par
l'ASMAF-EFA

<https://stagesacupuncturemoxibustionasmafefa.wordpress.com/>

ASMAF-EFA
Association Scientifique des Médecins Acupuncteurs de France
École Française d'Acupuncture

Organise un voyage d'étude en Acupuncture & Moxibustion
à Shanghai
du 23 février au 09 mars 2019

Stage clinique en service hospitalo-universitaire à Shanghai

Déroulement du Stage



Vous allez assister à des consultations d'un service Hospitalo-Universitaire. Vous y verrez pratiquer une acupuncture très moderne aussi bien qu'une acupuncture traditionnelle, des techniques de massages chinois ainsi que de très nombreuses techniques de manipulations d'aiguilles. Pensez à vous munir d'une blouse blanche. Ce sera l'occasion de familiariser au diagnostic en MTC et aux nombreuses techniques thérapeutiques : acupuncture,



moxibustion, ventouses.....

Les points sont cités par leur nom chinois et vous quitterez Shanghai en les connaissant parfaitement.

A qui est destiné ce stage ?

Que vous soyez étudiant(e) en DIU d'Acupuncture Obstétricale ou en Capacité Médicale d'Acupuncture, que vous soyez déjà praticien, vous trouverez grand bénéfice à participer à ce stage de pratique hospitalière de MTC.

Le **nombre de stagiaires** est **limité** aux **20** premières **personnes** inscrites.

Visites en rapport avec la culture chinoise et la MTC



Des visites sont prévues en cours de séjour : Zhouzhuang, Xitang ainsi que des temples Taoïste, Bouddhiste et Confucius, le programme vous sera adressé par Mouvance Voyages.



Programme du séjour

Samedi 23/02/19	Vol Paris / Shanghai	
Dimanche 24/02/19	Arrivée à Shanghai Visites en relation avec la culture et la médecine traditionnelle chinoises	
Lundi 25/02/19 Mardi 26/02/19 Mercredi 27/02/19 Jeudi 28/02/19 Vendredi 01/03/19	Journées consacrées à la formation Repas libres	
Samedi 02/03/19 Dimanche 03/03/19	Visites en relation avec la culture et la médecine traditionnelle chinoises	
Lundi 04/03/19 Mardi 05/03/19 Mercredi 06/03/19 Jeudi 07/03/19	Journées consacrées à la formation Repas libres	
Vendredi 08/03/19	Journée libre	Vol Shanghai / Paris
Samedi 09/03/19	Arrivée à Paris	

Ce programme peut subir quelques changements selon les impératifs locaux.

Tarif

Adhésion Asmaf-Efa

- ✓ Cotisation annuelle + Abonnement Acupuncture & Moxibustion : **75 €** (abonnement papier et numérique au format PDF – 2 parutions par an en juin et décembre).
- ✓ Cotisation annuelle + Abonnement Acupuncture & Moxibustion : **50 €** (abonnement UNIQUEMENT numérique au format PDF – 2 parutions par an).

Avion + Hôtel + Visites

	Hôtel **** (normes locales) Petits déjeuners, base chambre double ou twin		
	Base 20 personnes	Base 16 personnes	Base 12 personnes
ADHERENT ASMAF-EFA	1 680 €	1 760 €	2 030 €
NON-ADHERENT ASMAF-EFA (+150 €)	1 830 €	1 910 €	2 180 €

PRESTATIONS INCLUSES

- **Les vols internationaux PARIS / SHANGHAI / PARIS sur vols réguliers de la compagnie AIR CHINA**
- **Les taxes d'aéroport, de carburant, de sécurité et de solidarité (326 €)**
- Les transferts aéroport / hôtel / aéroport
- La mise à disposition d'un véhicule catégorie tourisme avec chauffeur pour les transports par route, les visites et les excursions
- Le logement en hôtel de catégorie 4 étoiles (Normes Locales), avec les petits déjeuners, base chambre double ou twin
- Les repas mentionnés au programme (boissons incluses : un verre d'eau ou un soda ou une bière, par personne et par repas), soit 3 déjeuners + 1 dîner
- La traversée en ferry de la rivière Huang Pu du Bund à Pudong
- La promenade en barque à Xitang
- Toutes les visites et excursions figurant au programme
- Les droits d'entrée dans les sites visités
- **1 site inscrit sur la liste indicative du Patrimoine Mondial de l'UNESCO**
- Les services d'un guide local francophone lors des transferts et des visites de tourisme
- Le transfert des bagages aéroport – hôtel - aéroport

- Une pochette de voyage contenant un guide illustré de la collection Mondeos
- L'assurance assistance-rapatriement (frais médicaux avancés à hauteur de 150 000 €)
- La garantie APST (l'Association Professionnelle de Solidarité du Tourisme vous garantit la totalité des sommes versées)
- **Les frais de visa chinois et d'obtention (126 € - prix coûtant)**
- **Les pourboires au guide et au chauffeur (16 €)**

PRESTATIONS NON-INCLUSES

- L'assurance annulation optionnelle (3 % du forfait global)
- Le supplément pour logement en chambre individuelle : 400 €
- Le supplément si non-adhérent de l'Asmaf-Efa : 150 €
- L'adhésion non-obligatoire à l'Asmaf-Efa : voir ci-dessous page 7
- Les frais de stage (à régler sur place en Yuan) : 5 860 RMB
- Les repas libres

FORMALITES D'ENTREE A CE JOUR

- Passeport français valable 6 mois après le retour et visa obligatoire.
- Fournir à Mouvance une photocopie bien lisible de votre passeport dès l'inscription (attention, les photocopies des nouveaux passeports avec la deuxième photo qui apparaît en fond cachent souvent les informations relatives à l'identité, nous vous remercions de veiller à éclaircir les photocopies).

Renseignements complémentaires

Décalage horaire :

+6 heures en été, +7 heures en hiver

Formalités :

Pour séjourner en Chine, l'obtention d'un visa est obligatoire. Par facilité, Mouvance, notre agence de voyage, se charge de cette formalité qui est parfois pesante. Nous aurons un « **visa touristique** ».

Langue :

La langue parlée à Shanghai est le Putonghua (langue commune appelée mandarin, la langue officielle).

Pour vous familiariser :

- ✓ <https://www.youtube.com/watch?v=onNo7NILxvg&ytcChannel=J%20Langlois>
- ✓ https://www.youtube.com/watch?v=1v1_pN-tF24&ytcChannel=SIGUR%20CAMP
- ✓ <https://chine.in/mandarin/guide/index.php?cat=1&t=Les+bases>

A Shanghai, les panneaux sont bilingues chinois (en caractères simplifiés) et anglais. Pour communiquer oralement, il est pratique d'avoir installé **avant le départ**, un **traducteur vocal** qui fonctionne **hors connexion**.

Monnaie :

La monnaie utilisée en Chine est le *Renminbi* (RMB) ou *Yuan*, le taux de change est variable (<http://www.xe.com/fr/currencyconverter/convert/?Amount=1900&From=TWD&To=EUR>).

Depuis quelques années il est possible de faire le change en France, vous pourrez également changer à l'aéroport, et dans les banques locales mais cela n'est pas toujours facile. Les retraits par carte bancaire sont assujettis à commission (renseignez-vous auprès de votre banque).

Si vous apporter des espèces, veillez à ce que vos billets ne soient pas abîmés, car ils seront refusés par les banques chinoises.

Pour visualiser la monnaie chinoise : <http://www.yunnan.fr/chine/monnaie-chinoise.html>

Climat :

Dû à sa proximité avec la Mer de Chine, Shanghai bénéficie d'un climat maritime et subtropical relativement clément mais souvent humide. Il y a 4 saisons bien différentes tout au long de l'année : un printemps très agréable avec des températures élevées, un été très chaud mais très pluvieux, un automne doux et enfin, un hiver sombre et plutôt froid. Pour préparer vos bagages, vous pouvez consulter :

✓ https://www.tameteo.com/meteo_Shanghai-Asie-Chine-Shanghai-ZSPD-1-13494.html

Santé :

Vaccin : aucun vaccin n'est obligatoire pour entrer en Chine, cependant, les grossistes en voyages recommandent à leurs clients d'être à jour contre les Hépatites de types A et B la diphtérie, le tétanos et la poliomyélite. En ville, aucune raison de craindre la rage.

En savoir plus :

✓ http://www.routard.com/guide/chine/744/sante_et_securite.htm#ixzz4lhbEXiQw

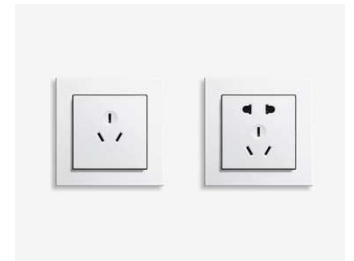
Eau : il est déconseillé de boire l'eau du robinet. On trouve partout de l'eau bouillante : si dans un restaurant vous demandez de l'eau, elle vous arrivera très chaude dans un verre. Vous aurez une bouilloire dans votre chambre d'hôtel mise gratuitement et systématiquement à votre disposition.

Médicaments : pensez à emporter vos traitements habituels ainsi que pansements, anti diarrhéique, antalgique.....

Électricité :

Le voltage est 220 V. Il existe principalement deux types de prises en Chine. Elles sont en effet bien différentes de ce que l'on connaît en France mais fonctionne de la même façon. Dans certains cas, il n'est pas nécessaire d'utiliser un adaptateur. Nos prises françaises sont compatibles avec certaines prises et multiprises chinoises.

Il peut être utile de prévoir une prise multiple lorsque plusieurs appareils sont à recharger dans le même laps de temps.



Sécurité :

Arnaque (rare) : il peut arriver que le téléphone sonne dans votre chambre d'hôtel passé minuit. Une voix charmante tentera de vous sortir du lit. Souvent de mèche avec les hôteliers, les prostituées usent de plus en plus du racolage téléphonique. Autre arnaque très fréquente, celle dite « au salon de thé ». Des étudiants vous abordent. Ils connaissent un super salon de thé. Vous y allez et vous vous retrouvez dans un karaoké bas de gamme avec des filles qui vous poussent à la consommation. Vous payez et là, c'est le coup de massue. Refusez dès le départ.

Sécurité : la Chine n'est pas du tout un pays dangereux. Évidemment, les inégalités croissantes ont entraîné une augmentation de la petite (et de la grande) délinquance et, comme partout, il est préférable d'éviter les conduites ostentatoires. Ainsi, sur les marchés, mieux vaut utiliser des petites coupures plutôt que de sortir une liasse de gros billets. Dans les hôtels, nous vous conseillons de placer vos objets de valeur dans le coffre dédié à cet effet ou dans votre valise fermée à clé. Dans les transports, évitez de laisser votre passeport et votre argent loin de vous. Attention aussi aux endroits bondés, où sévissent parfois des pickpockets.

En cas de vol (très rare) : signalez-le tout d'abord à votre hôtel ou à votre guide. Si vous n'êtes pas accompagné, le commissariat local prendra votre déposition. Pensez aussi à avertir au plus vite votre assurance, qui vous ouvrira automatiquement un dossier. Attendre votre retour en France revient à prendre le risque de voir les délais de déclaration dépassés.

En cas de perte ou de vol de passeport (très rare) : déclarez aussitôt la perte ou le vol aux autorités de police locale. Cette déclaration est déterminante pour dégager votre responsabilité en cas d'utilisation frauduleuse du passeport. Rendez-vous ensuite au consulat de votre pays, muni de la déclaration de perte de passeport fournie par la police, de deux photos d'identité sur fond blanc et de la photocopie des six premières pages de votre passeport, ainsi que du visa chinois (il est fondamental d'avoir pensé à photocopier ces documents). Le consulat sera alors habilité à vous délivrer un laissez-passer si votre retour est imminent, ou un passeport provisoire à usage unique s'il s'agit du début de votre voyage. Sachez que vous aurez aussi à repayer un visa de sortie.

Un conseil : scannez et photocopiez passeport et visa et stockez-les sur clé USB.

Internet & communication :

Il est possible d'acheter dès l'arrivée des cartes sim (téléphone local ou téléphone international ou internet + téléphone ou uniquement internet).

En Chine Internet est censuré. Ceci signifie que certains sites ou certains mots que vous pourriez employer sur des moteurs de recherche sont bloqués. Facebook, Youtube et tous les produits Google sont interdits en Chine, ainsi que beaucoup des sites de blogs. Quand vous effectuez une recherche de mots 'interdits' une page d'erreur s'affiche. Il peut être utile d'installer sur vos appareils, **avant votre départ**, un VPN (Virtual Private Network) sur votre téléphone, tablette ou ordinateur. Il existe de nombreux VPN et vous devez vous organiser **avant votre départ** sur les principaux moteurs de recherche.

✓ <https://www.novo-monde.com/contourner-censure-web-vpn-voyage/>.

La messagerie la plus utilisée est l'application **Wechat** : à installer **avant votre départ**, vos contacts préférés doivent aussi l'installer.

Quelques applications pour voyager tranquillement en Chine sont visibles sur : <http://www.un-zeste-de-chine.com/applications-utiles-voyager-vivre-chine/>. Google Maps sera avantageusement remplacé par Baidu Maps (nécessite une connexion internet) ou bien par **Maps.me** (« *Cartes hors ligne gratuites, d'accès rapide et gratuit avec navigation virage par virage* »).

Douanes :



Nous vous proposons de consulter les sites suivants :

- <http://www.voyageschine.com/voyageenchine/reglementation-douaniere.htm>
- http://www.otchine.com/Informations_Pratiques_2_Douane.htm

Lisez attentivement ces liens, certains bagages ont été contrôlés au départ de Chine pour quelques magnet's emballés tout au fond de la valise Il est arrivé que des stagiaires soient obligés d'ouvrir leur valise après l'enregistrement, jusqu'à trois fois consécutives, à la recherche d'un objet suspect.

Tourisme :

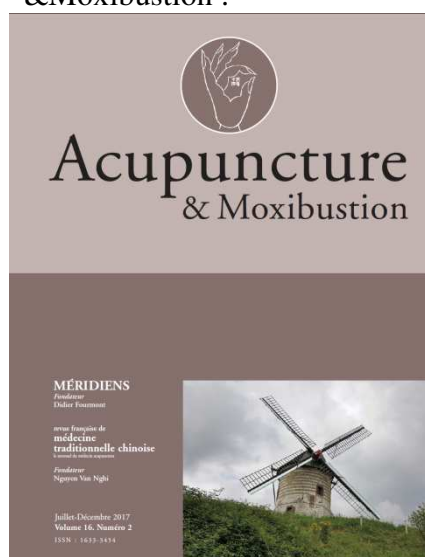
Souvent décrite comme un mélange d'Orient et d'Occident et avide de nouveauté, Shanghai est surtout une ville cosmopolite et avant-gardiste.

- ✓ <https://www.votretourdumonde.com/que-visiter-a-shanghai/>
- ✓ <https://www.lonelyplanet.fr/destinations/asi/chine/shanghai>
- ✓ <http://perjalanan.over-blog.com/article-que-visiter-et-faire-a-shanghai-pour-la-premiere-fois-82823458.html>
- ✓ http://www.routard.com/guide/code_dest/shanghai.htm



ASMAF-EFA

L'Asmaf-Efa est non seulement organisatrice de votre séjour, mais aussi à l'origine de la revue Acupuncture & Moxibustion :



Acupuncture & Moxibustion

BP17

F-59255 Haveluy

03 27 43 83 11

revueacumoxi@acupuncture-medicale.org acu.moxi@acupuncteur.org

ISSN : 1633-3454

Les abonnements s'effectuent par année entière : 2 numéros par an (parution en mai et décembre) :

<https://www.meridiens.org/acuMoxi/TARIF%20ACU&MOXI%202017.pdf>

Tarifs

France et Étranger

Prix au numéro	50 Euros
Tarif individuel normal au format papier et numérique (PDF)	75 Euros
Tarif normal au format numérique (PDF) uniquement	50 Euros
Institutions	130 Euros

- ✓ Cotisation annuelle + Abonnement Acupuncture & Moxibustion : **75 €** (abonnement papier et numérique au format PDF – 2 parutions par an en juin et décembre).
- ✓ Cotisation annuelle + Abonnement Acupuncture & Moxibustion : **50 €** (abonnement UNIQUEMENT numérique au format PDF – 2 parutions par an).
- ✓ Bulletin d'abonnement : <https://www.meridiens.org/acuMoxi/TARIF%20ACU&MOXI%202017.pdf>
- ✓ <https://meridiens.org/AcuMox/abonnement>

Coordinatrice et votre accompagnatrice sur place pendant le stage

Dr Florence PHAN-CHOFFRUT
2 passage privé, parc Victor Hugo
93500 Pantin

✉ : phan-choffrut@wanadoo.fr

Table des matières

Stage clinique en service hospitalo-universitaire à Shanghai	2
Déroulement du Stage	2
A qui est destiné ce stage ?	2
Visites en rapport avec la culture chinoise et la MTC	2
Programme du séjour	3
Tarif	3
Adhésion Asmaf-Efa	3
Avion + Hôtel + Visites	3
Renseignements complémentaires	4
Décalage horaire :	4
Formalités :	4
Langue :	4
Monnaie :	4
Climat :	5
Santé :	5
Électricité :	5
Sécurité :	5
Internet & communication :	6
Douanes :	6
Tourisme :	7
ASMAF-EFA	7
Coordinatrice et votre accompagnatrice sur place pendant le stage	7
Table des matières	8
Bulletin d'inscription	9
Bulletin d'Adhésion 2019 à l'ASMAF-EFA	11
Au total	11

Bulletin d'inscription

A envoyer avec votre règlement à l'ordre de « Mouvance Voyages » à l'adresse suivante :



MOUVANCE VOYAGES

38 rue de Moscou, 75008 PARIS

☎ : +33 1 44 69 63 00

☎ : +33 1 44 69 00 73

✉ : francoise@mouvancevoyages.com

NOM :

Prénom :

Adresse (de facturation) :

Profession :

Date de Naissance :

☎ 1 :

☎ 2 :

✉ :

Participant voyage :

- ✓ Adhérent Asmaf-Efa (2030 €) X
- ✓ Non-Adhérent Asmaf-Efa (2180 €) X
- ✓ Supplément chambre individuelle (400 €)

TOTAL

Et je règle :

- **Dès maintenant : 30%** d'Acompte (chèque libellé à l'ordre de Mouvance ou par carte bancaire en téléphonant au +33 1 44 69 63 00 ou par virement et Mouvance vous enverra ses coordonnées bancaires) (**Date limite d'inscription : 31 octobre 2018**)
- **Solde : 70%** (après réception de la facture de Mouvance, chèque libellé à l'ordre de Mouvance ou par carte bancaire ou par virement), **au plus tard le 18 janvier 2019**)

Date :

Signature :

Voir conditions d'annulation avec Mouvance Voyages

Bulletin d'Adhésion 2019 à l'ASMAF-EFA

Merci de remplir tous les items, cela facilite grandement l'organisation

NOM :

Prénom :

Profession :

Date de Naissance :

Adresse :

Code Postal :

Ville :

☎ 1 :

☎ 2 :

Adresse électronique (en majuscule) :

Étudiant(e) en : (rayez l'inutile)

- ✓ DIU Acupuncture Obstétricale
- ✓ Capacité en Acupuncture
- ✓ Autre (précisez) :

Je parle anglais (rayer l'inutile) :

- ✓ un peu
- ✓ bien
- ✓ couramment
- ✓ pas du tout

Université de :

Diplômé depuis :

Chèque N°

(libellé à l'ordre de l'ASMAF-EFA) (*)

75€ (abonnement papier et numérique au format PDF – 2 parutions par an en juin et décembre)

50 € (abonnement UNIQUEMENT numérique au format PDF – 2 parutions par an)

Virement Bancaire possible :

EFA 2 rue du Général de Larminat, 75015 Paris

IBAN : FR78 2004 1000 0117 3461 8K02 041

BIC : PSSTFRPPPAR ; Domiciliation : La Banque Postale- Centre de Paris 75900 Paris Cedex 15
France

(En cas de virement retourner le formulaire accompagné de la copie du justificatif de virement)

(*) A envoyer à l'adresse suivante :

**Dr Florence Phan-Choffrut
2 Passage Privé, Parc Victor Hugo
93500 Pantin**

Au total

- ✓ Passeport en cours de validité, valable 6 mois après le retour et visa obligatoire.
- ✓ Bulletin d'inscription au séjour (hôtel, transport, tourisme) à adresser à Mouvance Voyages
- ✓ Adhésion (facultative) à l'ASMAF-EFA : à adresser au Dr Phan-Choffrut
- ✓ Inscriptions aux stages : 5860 RMB (Renminbi = Yuan) à régler sur place