

**Dr Paul-Marie HEDON**

Médecine Générale des âmes

---

Consultations le vendredi de **20h30 à 21h30** - le samedi de **17h30 à 18h30**

Tous les jours, sur rendez-vous

**RENOUVELLEMENT D'ORDONNANCE pour 2021**

Valable 40 jours

**Pour soigner les maladies du cœur (péché et séquelles du péché)**

- ❖ Pour tous, petits et grands, de manière **OBLIGATOIRE** :
  - **Prier au minimum 2 fois/jour, 1 cuiller à soupe matin et soir**
  - **Pas de viande le vendredi + jeûner le mercredi des cendres et le Vendredi saint (à partir de 18 ans)**
  - **Une action de carême, par laquelle je puise dans mes économies au service d'une œuvre charitable**
  - **Confession sacramentelle pour Pâques**
  
- ❖ Exemples de pénitences particulièrement indiquées à prendre pendant toute la durée du traitement (à soumettre à son médecin-confesseur traitant)
  - Limiter l'usage des appareils électroniques : tablette, smartphone, internet...
  - Éteindre la télévision
  - Désactiver Facebook
  - Supprimer toutes les confiseries
  - Arrêter le chocolat, le nutella, ou le café le midi
  - Se priver d'accompagnements : sucre, sel, ketchup, moutarde, ou mayonnaise
  - Ne pas boire d'alcool
  - Se priver de goûter pour les enfants
  - Ne pas reprendre d'un plat qu'on aime bien
  - Se priver de roman et lire une vie de saint à la place
  - Prier une dizaine de chapelet supplémentaire tous les jours ou même le chapelet tous les jours
  - Faire une visite charitable toutes les semaines