

# Devis Séminaires Online Profilage Alimentaire selon Taty Lauwers

---

## Public

Coaches, thérapeutes, naturopathes, infirmières, diététiciens ou autres professionnels déjà formés qui souhaitent individualiser l'alimentation de leurs clients.

## Intervenante

Gabriella Robineau-Tamas (thérapeute alimentaire, naturopathe, formatrice A.R.T., formée MB-EAT, et Lecture de processus en thérapie et Thérapie Narrative et accompagnement des personnes HSP et HQI)

## Objectifs pédagogiques

- Etre en mesure de déterminer l'état organique actuel d'une personne
- Etre en mesure d'identifier le profil profond d'une personne
- Savoir conseiller une personne suivant son profil et/ou état organique pour ajuster son alimentation par rapport à ses besoins
- Etre en capacité d'analyser l'alimentation d'une personne et de proposer des changements au niveau de la qualité alimentaire.

## Modalités pratiques

- 16 demi-journées via Internet les mercredi 9-12h
- Dates à déterminer
- La présence dans la salle de classe virtuelle à ces créneaux est obligatoire
- Connexion Internet stable avec caméra et son requis
- Durée totale : 48h (16 x 3h)
- Lieu : Internet
- Tarif : 1668 €

## Programme

### **Journée 1 (2 x 3h) : Les bases de l'audit et du profilage**

- Présentation des séminaires
- Présentation des participants et de l'intervenante
- Objectifs et attentes des participants
- Le profilage alimentaire : définition
  - Historique
  - Terminologie
  - Hypothèses de travail de différents chercheurs
  - tests
- Les différents outils de l'audit et le profilage
- Les volets de profil
  - Les diathèses de naissance
  - Ayurveda
  - Groupes sanguins
  - Typologies métaboliques
  - Questionnaires pour évaluer l'état organique

### **Journée 2 (2 x 3h) : La question de la qualité en alimentation**

- Lectures d'étiquettes
- Critères de qualité
- Classification
- Individualisation
- Les différentes grilles
- Analyse de menus selon les critères de qualité
- Le carnet alimentaire

### **Journée 3 (2 x 3h) : Courants paléo et hypotoxiques**

- Le régime hypotoxique : définition
- Recherches sur les régimes paléo et hypotoxiques
- Historique
- Les différents courants et leurs représentants les plus connus
- Grilles
- Plans
- Mise en place
- Individualisation
- Utilité et cas de figure de l'utilisation

- Paléo versus hypotoxique

#### **Journée 4 (2 x 3h) : La glycémie instable**

- La glycémie instable : définition
- Reconnaître la glycémie instable
- Les enfants et la glycémie instable
- Les principes d'un travail sur la glycémie instable
- Grille
- Liste positive
- Mise en place
- Individualisation
- Addictions
- Les neurotransmetteurs et leurs rôles
- L'histoire des régimes low carb high fat et leurs représentants

#### **Journée 5 (2 x 3h) : La dysbiose intestinale**

- La digestion
- Le microbiote et son rôle
- Les recherches
- La dysbiose intestinale : définition
- Le rôle des fibres
- L'histoire et les recherches sur le régime des glucides spécifiques
- Mise en place du RGS
- Utilité et perspectives du RGS
- Les parasites intestinaux

#### **Journée 6 (2 x 3h) : La fatigue chronique**

- Identifier la fatigue chronique
- Sources de la fatigue chronique
- Les recherches sur la fatigue chronique
- L'environnement d'un épuisé chronique
- Le ressourcement d'un épuisé chronique
- La gestion du stress
- Allergies versus intolérances
- Sortir de l'éviction

**Journée 7 (2 x 3h) : Les cas atypiques**

- La canaritude : définition
- Comment reconnaître un hyperréactif
- Les recherches sur l'hyperréactivité
- Programmes pour hyperréactifs dans le monde (FAILSAFE, Feingold)
- L'environnement d'un hyperréactif
- La qualité alimentaire pour un hyperréactif
- Pistes pour l'hyperréactivité (additifs, salicylates, amines, oxalates, moisissures, les pyroles etc.)

**Journée 8 (2 x 3h) : La question du poids**

- Régimes amincissants et leurs dégâts
- Poids insuffisant
- Les différentes approches non invasives
- Les recherches sur les régimes alternés
- Outils d'auto-observation
- La mise en place
- Démarches complémentaires
- Cas pratiques
- Conclusion

**Moyens pédagogiques mis à disposition**

- Liste de lecture/bibliographie
- Support de cours avec documents numériques
- Livret de travail
- Mises en situation, jeux de rôles
- Cartes heuristiques

**Suivi et évaluation**

Chaque participant signe une feuille d'émargement par demi-journée. A l'issue du programme une attestation de fin de formation est attribuée. En cas d'absence supérieure à deux demi-journées, elle n'est pas délivrée. Pour obtenir une attestation de fin de cycle, tous les participants doivent compléter le cursus complet et soumettre une étude de cas.