

# Devis Séminaires Online Alimentation ressourçante 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)

## 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 : 1128 €

## 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.

## Débit ou abandon

En cas d'annulation par Gabriella Tamas avant le début de la formation, la totalité des sommes versées au titre de l'intervention est remboursée, sans aucune retenue.

En cas d'annulation avant le terme du fait de la formatrice (impondérable – cas de force majeure), Gabriella Tamas s'engage au remboursement prorata des sommes versées correspondant à la partie non réalisée. Seul le prix de la prestation réalisée partiellement est facturé.

En cas de renoncement par le bénéficiaire à l'exécution de la présente convention dans un délai entre 30 jours et 8 jours avant la date de démarrage de la prestation de formation, objet de la présente convention, le bénéficiaire s'engage au versement de la somme de 180 Euros à titre de dédommagements.

En cas de renoncement par le bénéficiaire à l'exécution de la présente convention dans les 7 jours avant la date de démarrage de la prestation de formation, aucun remboursement n'est effectué.

En cas d'annulation ou d'abandon par le stagiaire une fois la formation commencée, l'intégralité du coût de la formation reste due.