

GESTION DU POIDS SANS RESTRICTION NIVEAU 2 NUTRITION ET TROUBLES METABOLIQUES

Cette formation s'adresse aux personnes qui ont déjà suivi la formation « Initiation à la gestion du poids sans restriction ». Elle permet un retour, un partage d'expériences sur la mise en pratique des connaissances abordées précédemment, la découverte des techniques de dégustation et un complément d'information sur le diabète et les hyperlipidémies.

FORMATEUR

Hélène LEMAIRE, Diététicienne Nutritionniste installée en libéral à Marseille depuis 30 ans, est formée aux thérapies comportementales et cognitives, sophrologue et formatrice en école de naturopathie et d'ostéopathie.
N° de formateur : 9313 1065613

PROGRAMME DES 2 WEEK-END

Gestion du poids sans restriction :

- Retour sur les cas pratiques
- Etudes de divers cahiers alimentaires
- Gestion des questions et des difficultés des patients...

La dégustation :

- Son intérêt en thérapeutique
- Comment la pratiquer en groupe, en consultation ?
- Exercices

Les troubles métaboliques :

- Le diabète : définitions et description des diabètes type I et type II, les différents traitements, l'alimentation spécifique, cas pratiques
- Les hyperlipidémies : métabolisme du cholestérol et des triglycérides, les traitements médicaux et les approches complémentaires, les facteurs de risques sur lesquels on peut agir, la prévention dans sa globalité (alimentation, anti-oxydants naturels, hygiène de vie)

DATES ET HORAIRES

4^{ème} trimestre 2020

De 9H à 12H30 et de 14H à 17H30

LIEU

Aix-en-Provence et environs : lieu à déterminer

TARIFS

Les 4 jours : 640 €

REGLEMENT

Un acompte de 160€ est à régler à l'inscription puis le solde au premier jour du stage (possibilités de règlement en plusieurs fois).

En cas d'annulation de ma part, les sommes versées seront remboursées intégralement.

BULLETIN D'INSCRIPTION

**Merci de remplir avec soin ce bulletin et de le renvoyer à l'adresse ci-dessous.
Le nombre de places est limité à 12.**

NOM :

Prénom :

Adresse :

.....

Code postal :Ville :

Tel fixe et/ou Mobile :

Mail :

Profession :

A..... le.....

Signature :

Merci d'adresser votre bulletin d'inscription accompagné d'un acompte de 160 € par chèque à l'ordre d'Hélène LEMAIRE et à l'adresse suivante :

Hélène LEMAIRE – 60 rue Sylvabelle -13006 MARSEILLE

A réception de votre dossier complet, une convention de stage vous sera envoyée. Elle doit être retournée signée ce qui permet la validation définitive de votre inscription.

Pour tout renseignement complémentaire, vous pouvez me contacter :

Téléphone : 04 91 79 46 22 ou 06 72 70 30 91

Mail : nutriomega@orange.fr

Site : www.nutriomega.net