

# EPIGENETIQUE ET ALIMENTATION 1



L'épigénétique étudie l'influence de notre environnement sur l'expression ou l'inhibition de nos gènes, qui conditionnent nos comportements biologiques. Les événements que nous vivons et les émotions que nous captions ou ressentons influencent donc notre biologie : c'est cet impact que nous explorons dans ce module.

Ce module établit aussi les liens entre nos émotions et notre manière de nous nourrir, permettant de comprendre et d'agir sur les comportements alimentaires perturbés qui en découlent.

## PROGRAMME

### Objectifs pédagogiques

- Connaître et utiliser les liens entre notre physiologie (fonctionnement neurologique, endocrinien, biochimique) et notre alimentation.
- Intégrer les systèmes biologiques du corps et leur symbolique afin de faire apparaître les stress qui y sont associés

### Moyens pédagogiques

- Support pédagogique numérique complet remis sous format pdf
- Démonstrations pratiques avec la participation d'un ou plusieurs stagiaires
- Pratiques des protocoles par les stagiaires en binôme ou trinôme selon effectif paire ou impaire et supervisés par le formateur
- 30% de théorie, 30% de pratique, 30% de démonstration

### Techniques spécifiques

- Le système nerveux autonome
- L'équilibre acido-basique
- Les comportements d'identification
- Les capacités d'adaptation de notre biologie
- Influence de l'alimentation sur la lymphe et le sang
- Baromètre du développement (Protéines, glucides lipides)
- L'influence du contexte des repas sur notre inconscient et notre système digestif
- Perturbation hépatique
- Chimie du sang
- Glycémie
- Hypo / Hyper oxydation

### Compétences à acquérir

- Pratiquer les protocoles en y ajoutant la tonalité émotionnelle et symbolique
- Utiliser le fonctionnement des différents systèmes biologiques du corps
- Adapter la théorie de la naturopathie à la pratique de la kinésiologie
- Utiliser un nouveau baromètre émotionnel

**Validation des acquis : Théorie – QCM à l'issue du stage, corrigé en groupe – Pratique en binôme (lors des journées supervision)**

**PRÉ-REQUIS :** Modules « Pratique Kinésiologique Professionnelle 1 »

**NOMBRE DE JOURS :** 4 jours (9h-12h30 / 14h-17h30) **NOMBRE D'HEURES :** 28h

**TARIF UNIQUE :** 120 euros par journée de formation, soit 480 euros (140 euros/jour, soit 480 euros si financement)

**LIEUX DU STAGE :** 333 rue du Marais, Bâtiment Espace Challes, 73190 CHALLES-LES-EAUX/ 7 Route de Strasbourg, 69300 CALUIRE ET CUIRE/ 1, Chemin de Morcy, Les Jacobins, 74200 THONON-LES-BAINS. Le stage se déroule en PRÉSENTIEL.

**FORMATEURS :** Emmanuel BONNET

Si vous êtes porteur de handicap(s), contactez-nous pour que nous puissions identifier vos besoins en pédagogie, matériel, moyens techniques, humains, et faire de notre mieux pour y apporter des solutions ou vous orienter.

**CONTACT :** delphine.decourville@auranesis-kinesiologie.fr ou 06 02 08 58 72

**Adresse :** 206, Chemin des Chartreux, 74200 Armoy

*Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 84740354374 auprès du préfet de région  
Auvergne-Rhône-Alpes - Siret N°841 528 995 00019*

**Fiche pgm V8 09-23**

# EPIGENETIQUE ET ALIMENTATION 1



## PROGRAMME JOURNALIER

### Jour 1

- Épigénétique : définition – rapport avec la Kinésiologie et modes spécifiques
- La Déshydratation
- Le P.H. – L'Acido-Basique
- Système nerveux autonome et son intégration
- Travail en binômes et application des techniques

### Jour 2

- Les trois grandes catégories d'aliments : les protéines, glucides et lipides, et Le baromètre du développement
- Pathogénèse naturopathique de base
- Pour qui, pour quoi je mange...
- Adaptation
- Identité
- Émotions gelées
- Travail en binômes et application des techniques

### Jour 3

- Vitamine B6 et biochimie
- Chimie du sang
- Glycémie
- Perturbation hépatique
- Travail en binômes et application des techniques

### Jour 4

- Stimulation vertébrale
- Anti-carence
- Perturbations immunitaire, parasitaires, infectieuses
- Hypo ou hyper oxydation
- Travail en binômes et application des techniques
- Clôture du stage avec validation des acquis



**CONTACT** : [delphine.decourville@auranesis-kinesiologie.fr](mailto:delphine.decourville@auranesis-kinesiologie.fr) ou 06 02 08 58 72

Adresse : 206, Chemin des Chartreux, 74200 Armoy

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 84740354374 auprès du préfet de région  
Auvergne-Rhône-Alpes - Siret N°841 528 995 00019

Fiche pgm V8 09-23