

EPIGENETIQUE ET ALIMENTATION 2



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

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

- Intégration du système digestif
- Neurotransmetteurs
- Blocage
- Autosabotage
- Vaisseau conception et acides aminés
- Vaisseau gouverneur et chocs psychologiques
- Vaisseau gouverneur et hormones
- L'influence de notre alimentation sur notre humeur
- Perméabilité intestinale
- Inflammation silencieuse
- Allergies et intolérances alimentaires : quand le corps se sent agressé
- Acides gras essentiels
- Diabète
- Libération de stress

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

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

PRÉ-REQUIS : Modules « Epigénétique et Alimentation 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 560 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 Armo

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 2



PROGRAMME JOURNALIER

Jour 1

- Quoi mettre dans l'assiette : régime crétois, chrono-nutrition, pyramide alimentaire
- Intégration du système digestif
- Les neurotransmetteurs, définition et test de carence
- Blocage
- Autosabotage
- Travail en binômes et application des techniques

Jour 2

- Vaisseau conception et acide aminés
- Vaisseau Gouverneur et chocs psychologiques, hormones
- Travail en binômes et application des techniques

Jour 3

- Perméabilité intestinale
- Inflammation silencieuse
- Test des aliments
- Diabète
- Travail en binômes et application des techniques
- Clôture du stage avec validation des acquis

Jour 4

- Allergies
- Équilibration de la tolérance
- Acides gras essentiels
- Libération de stress
- Travail en binômes et application des techniques
- Clôture du stage avec validation des acquis



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