

Objectifs pédagogiques

- Démontrer l'intérêt de la pratique de la pleine conscience pour accompagner le repas du patient
- Déterminer des outils adaptés dans le cadre des compulsions alimentaires
- Organiser une prise en charge diététique utilisant la pleine conscience pour le patient

Public cible et prérequis

- Diététiciens-nutritionnistes
- Professionnels de santé
- Collaborateurs concernés par le thème
- Avoir suivi la formation de niveau 1

Programme

- APPROCHE THEORIQUE ET RETOUR D'EXPERIENCES
 - Rappels sur les points vus au niveau 1 en fonction des retours d'expérience du groupe et des difficultés rencontrées dans la pratique :
 - Des exercices
 - Des méditationsLes exercices et méditations seront systématiquement guidés par le formateur puis par les apprenants pour commencer à ancrer ses pratiques...
- LES EXERCICES
 - Accompagnement du repas de l'avant repas au dessert
 - Le corps en mouvement
 - Comment mangions-nous étant enfant ?
- LES MEDITATIONS : NOUVELLES ET INDISPENSABLES
 - La gratitude pour le corps
 - La nourriture et l'humeur
 - La bienveillance
 - La montagne...
- APPROFONDISSEMENT SUR L'INTERET DE LA PLEINE CONSCIENCE ET LES COMPULSIONS ALIMENTAIRES
 - Visiter les sensations corporelles
 - Deux exercices pour faire une pause dans l'envie irrésistible

Equipe pédagogique

- Responsable Pédagogique : Claire LOYNET - Chargée de formation Nutrition Clinique / Profil de l'intervenant : Formateur spécialisé en pleine conscience

Organisation de la formation		Suivi de l'exécution et évaluation des résultats
<p>Durée 14.00 heures (2.00 jours)</p> <p>Modalités pédagogiques Formation présentielle</p> <p>Ressources techniques et pédagogiques</p> <ul style="list-style-type: none"> • Alternance de méthodes pédagogiques : apports de connaissances, exercices pratiques, études de cas, réflexion, analyses et échanges d'expériences • Document pédagogique remis à chaque participant <p>Dates et prix : à consulter sur notre site internet</p>		<ul style="list-style-type: none"> • Evaluation des prérequis (si existants) : Quiz de 10 questions sur vos connaissances préalables • Evaluation des attentes : Questionnaire de préformation et tour de table en début de formation • Evaluation de la progression pédagogique en cours de formation : questions orales ou écrites, mises en situation, analyse de cas... • Evaluation des acquis de formation : Quiz d'évaluation des acquis en début et en fin de formation • Evaluation de la satisfaction : Questionnaire d'appréciation à chaud et à froid • Feuilles de présence, délivrance d'un certificat de réalisation et d'une attestation de fin de formation
Contact	Accessibilité aux personnes handicapées	Modalités et délais d'accès
<p>SSHA-ISA 16A rue de l'Estrapade 75005 PARIS</p> <p>Tél : +33 (0)1 43 25 11 85 E-mail : isa@sshha.asso.fr Site web : www.ssha.asso.fr</p> <p>Intra possible nous consulter</p>	<p>Si vous êtes en situation de handicap, notre équipe pédagogique se tient disponible pour vous accompagner à tout moment de votre formation.</p> <p>N'hésitez pas à nous contacter, nous nous efforcerons de mettre tout en œuvre pour vous faciliter l'accès et le suivi de votre formation.</p> <p>Nos locaux sont en conformité avec la réglementation PMR.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Convention de formation si inscription initiée par l'employeur dans le cadre du plan de développement de compétences • Contrat de formation individuel si inscription initiée par le participant • Inscription par le biais d'un bulletin téléchargeable sur le site internet, J-30 avant la formation et possible jusqu'à J-1 selon disponibilité