PEC08 - L'alimentation intuitive – niveaux 1 et 2

PEC08 INTER

Mise à jour :
4 février 2022

Objectifs pédagogiques

A l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- Identifier les déterminants du comportement alimentaire
- Reconnaitre les principes de l'alimentation intuitive
- Utiliser la dégustation pour accompagner le mangeur
- Mettre en pratique des outils de l'alimentation intuitive pour accompagner la personne
- Analyser des situations concrètes pour améliorer ses pratiques professionnelles

Public cible et prérequis

- Diététiciens-nutritionnistes
- professionnels de santé ou collaborateurs concernés par le thème
- Connaissance des fondamentaux de la nutrition pour les non diététiciens-nutritionnistes

Programme

- LE COMPORTEMENT ALIMENTAIRE
  - Les principaux déterminants du comportement alimentaire physiologique
  - La régulation homéostatique du poids
  - Le rôle central du plaisir alimentaire pour le bien-être des personnes
- L'ALIMENTATION INTUITIVE
  - Les principes de l'alimentation intuitive
  - Les intérêts de l'alimentation intuitive pour la santé physiologique et la santé psychologique du mangeur
  - L'expérimentation de quelques principes fondamentaux de l'alimentation intuitive
- UTILISER LA DÉGUSTATION COMME UN OUTIL D'ACCOMPAGNEMENT A PART ENTIÈRE
  - L'entrainement à mener une dégustation dans le cadre d'une consultation diététique : de la théorie à la pratique
  - L'accompagnement à la connexion aux sensations alimentaires : faim, rassasiements et satiété
  - Se projeter : préparation des éléments du travail intersession
- Travail intersession
  - Transposer ses acquis dans son contexte professionnel
  - Noter sur un carnet de bord les avancées, les vécus des prises en charge diététique des patients intégrant l'alimentation intuitive
  - Préparer un cas clinique d'un patient suivi à présenter le 3ème jour
- RETOURS D'EXPERIENCE ET ÉVALUATION DES PRATIQUES PROFESSIONNELLES
  - Recueil des attentes de cette journée
  - Retours sur la mise en pratique de l'alimentation intuitive auprès des patients
  - Auto-évaluation des pratiques actuelles et échanges avec le groupe et la formatrice sur des pistes d'améliorations éventuelles
  - Analyses de pratiques professionnelles : en partant des cas cliniques apportées par les apprenantes ou/et la formatrice, mise au jour ensemble de suggestions de pistes d'amélioration
  - Mise en situation avec jeu de rôle d'une prise en soin individuelle ou en groupe

- Remarque : le programme précis de la 3ème journée sera établi en fonction du recueil des attentes et des besoins des apprenants. Ce programme n'est d'indicatif de ce qui est possible

Equipe pédagogique

- Responsable Pédagogique : Claire LOYNET - Chargée de formation Nutrition Clinique / Intervenant : Christine KAVAN, diététicienne nutritionniste spécialiste de la prise en charge du diabète et de l'obésité

PEC08 - L'alimentation intuitive – niveaux 1 et 2

PEC08 INTER

Mise à jour :
4 février 2022

Organisation de la formation		Modalités d'évaluation et suivi de l'exécution
Durée 21.00 heures (3.00 jours) **Modalités pédagogiques** Formation présentielle **Méthodes pédagogiques mobilisées et ressources** • Alternance de méthodes pédagogiques : apports de connaissances, exercices pratiques, études de cas, réflexion, analyses et échanges d'expériences • Document pédagogique remis à chaque participant **Dates et prix :** à consulter sur notre site internet		• Evaluation des prérequis : 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**
SSHA-ISA **16A rue de l'Estrapade** **75005 PARIS** Tél : +33 (0)1 43 25 11 85 E-mail : isa@ssha.asso.fr Site web : www.ssha.asso.fr **Intra possible nous consulter**	Si vous êtes en situation de handicap, notre équipe pédagogique se tient disponible pour vous accompagner à tout moment de votre formation. 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. Nos locaux sont en conformité avec la réglementation PMR.	• 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