

Objectifs pédagogiques

- Repérer les liens entre stress et troubles des conduites alimentaires
- Différencier les modes mentaux automatique et adaptatif
- Mettre en pratique la gestion des modes mentaux pour apaiser la relation à l'alimentation

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

Programme

- LE STRESS EST UN SIGNAL D'ALERTE
 - De la compréhension de l'intérêt du stress à l'acceptation de celui-ci pour permettre un changement d'attitude pérenne
- LES MODES MENTAUX
 - Les 6 dimensions des modes mentaux automatique et adaptatif
 - L'intérêt de basculer sur un fonctionnement en mode adaptatif dans l'alimentation pour adapter ses consommations alimentaires à ses besoins
- IDENTIFIER ET GERER LE STRESS
 - Les 3 types de stress : Fuite, Lutte et Inhibition
 - L'accompagnement adapté selon le type de stress
 - S'approprier personnellement des exercices simples et pratiques pour prévenir et rester calme même en situation difficile
 - L'entraînement à proposer des exercices pour aider son patient
- LIENS ENTRE STRESS ET TCA
 - Accompagner le patient avec des outils pratiques pour pacifier et apaiser la relation compliquée à l'alimentation

Equipe pédagogique

- Responsable Pédagogique : Claire LOYNET - Chargée de formation Nutrition Clinique Profil de l'intervenant : Praticien spécialiste en ANC (Approche Neuro Cognitive)

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@ssha.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