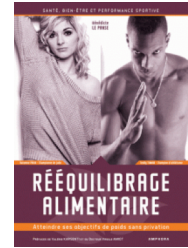




La Méthode Le Panse de Rééquilibrage alimentaire

Disponible en Formation



Suite à l'immense succès de l'ouvrage Rééquilibrage Alimentaire et aux vues du

nombre croissant de patients conquis par la méthode, l'idée d'en transmettre les bases et fondements dans le cadre d'une formation aux professionnels et particuliers avertis s'est imposée à Bénédicte Le Panse.

Quels sont les objectifs de cette formation ?

Les objectifs de cette formation sont de permettre à chacun de disposer des éléments essentiels sur l'alimentation et en particulier sur **l'adaptation d'une alimentation face à un objectif bien précis.**

Que vous soyez professionnel de la santé et du sport, ou que vous soyez un particulier avertis, curieux de découvrir les secrets de la Méthode Le Panse, permettant à tout un chacun de trouver son poids idéal sans faire de régime, cette formation est faite pour vous.

Elle vous fournira les clés de la méthode en quatre modules

1. Physiologie et biologie,
2. Culture alimentaire et Fonctionnement de l'organisme face aux différents aliments absorbés
3. Alimentation et activité sportive
4. Alimentation et pathologies

Au terme de la transmission de ces quatre modules, la mise en place de la méthode LE PANSE sera exposée dans sa globalité en cohérence avec ces acquis.

Déroulé et contenu de la formation

1er weekend: 28-29 mai:

- ✓ Comment appliquer la méthode le panse de rééquilibrage alimentaire?
- ✓ Qu'est-ce qu'une bonne alimentation?
- ✓ Les 5 facteurs limitant
- ✓ Les 5 clés permettant de définir une alimentation saine
- ✓ Comment aider vos élèves, clients ou patients (et vous-même) à améliorer leur hygiène de vie sans trop bouleverser leurs habitudes et obligations
- ✓ Les 8 étapes essentielles au coaching en nutrition.

2ème weekend: 18-19 juin:

- ✓ Les troubles du comportement alimentaire (anorexie, boulimie + échanges)
- ✓ La Sarcopénie et l'Ostéoporose
- ✓ Les troubles musculaires liés à l'alimentation
- ✓ Cardiotraining / Musculation et perte de masse grasse sous cutanée: réactivation du métabolisme (matin / théorie et après-midi / pratique)

3ème weekend: 2-3 juillet:

- ✓ Alimentation et pathologies (thyroïde, diabète, intolérance au gluten..)
- ✓ Exercice et obésité: approche scientifique et recherche



Remise des diplômes/certificats : Samedi 9 juillet

Intervenants

L'équipe est composée d'experts possédant une parfaite connaissance des référentiels de l'éducation en terme de santé et d'intégrité physique.

Docteur en physiologie, médecin-psychiatre, entraîneur national, athlète de haut niveau, ostéopathe.

Modalités d'inscriptions et Tarifs

Conditions d'entrée :

Cette formation s'adresse à toutes les personnes de 18 ans ou plus possédant au minimum un baccalauréat, ou bien étant titulaire d'un diplôme universitaire, d'un BTS/IUT ou d'un brevet d'état/BP.

Seront soumis aux tests d'entrée les personnes n'ayant pas l'un de ces diplômes.

Seront dispensés des tests ceux ayant un bac S, un diplôme universitaire un brevet d'état ou un BPJEPS AGFF dans les métiers du sport et de la forme.

Comment postuler ?

Transmettre votre dossier avec CV et lettre de motivation

Par e-mail : lepansebenedicte@yahoo.fr

Par courrier : Méthode LE PANSE, 29 bis rue Félix Faure, 51 500 Mailly Champagne

Tarif :

L'inscription à cette formation se fait 1 mois ½ avant l'entrée en formation.

Acompte de 400 euros à l'inscription

Prix total des trois sessions de formation : 1 600 € HT