

FICHE PÉDAGOGIQUE

La boîte à outils du diet psycho-comportemental

INSCRIPTION

L'inscription à la formation nécessite une préinscription sur la plateforme SENDOA formation <https://sendoa-formation.fr>.

DATES : 11 AU 14 JUIN 2024

DURÉE

24 heures sur 4 jours

FORMATEURS :

FLORIAN SAFFER, DIÉTÉTICIEN, THÉRAPEUTE COMPORTEMENTALISTE ET INGÉNIEUR EN PÉDAGOGIE
SOPHIE GUYOT, DIÉTÉTICIENNE, THÉRAPEUTE SPÉCIALISÉ EN PSYCHOLOGIE POSITIVE

LIEU : PORTICCIO CORSE

PRÉSENTATION

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Savoir utiliser les outils de psychologie positive dans le soin diététique
- Connaître les principes de l'alimentation en pleine conscience et savoir guider un repas en pleine conscience
- Entraîner la flexibilité psychologique du patient dans le contexte du soin diététique

MOYENS PÉDAGOGIQUES

La formation sera assurée par Florian Saffer, diététicien, thérapeute comportementaliste et titulaire d'un Master en Sciences de l'éducation et par Sophie Guyot, diététicienne experte en psychologie positive

La pédagogie de cet atelier reposera sur plusieurs outils visant une articulation adaptée entre les savoirs et les savoir-faire.

Présentation didactique et théorique : diaporama

Jeux de rôle

Apprentissage vicariant (démonstration)

Travail collaboratif

Florian Saffer – 60 avenue du médipôle 38300 Bourgoin-Jallieu Courriel : dietetiquecomportementale@gmail.com

SIRET : 485 113 294 00030 Numéro de déclaration d'activité : 82 38 05634 38

EVALUATION DES ACQUIS

L'évaluation se situera en plusieurs temps :

L'**autoévaluation des compétences** aura lieu en début de formation et en fin de formation afin d'évaluer l'évolution du stagiaire.

En parallèle de ceci il **évaluation formative** continue sera réalisée pendant l'atelier :

- L'évaluation des connaissances sera évaluée par divers outils : questionnaires à choix multiple, texte à trou
- L'évaluation des savoir-faire sera réalisée en continue par la pratique de cas clinique qui seront débriés par le formateur

L'**évaluation de la satisfaction** des stagiaires sera réalisée en fin de formation par un questionnaire anonyme.

A l'issue de cette formation le stagiaire recevra une attestation attestant sa participation à l'atelier et sa maîtrise des compétences visées par celui-ci.

PROGRAMME

Jour 1 : Matin : 8h30-12h30

- Présentation de l'atelier
- Les principes de base de la diététique psycho-comportementale
- Le modèle CAL : connexion – Action – Libération
- Le modèle des axes temporels : favoriser une alimentation basée régulée basée sur les sens(atons)
- Manger connecté : les principes de base de l'alimentation en pleine conscience et de l'alimentation intuitive

Déjeuner en commun (1h) : alimentation en pleine conscience : mise en pratique

Jour 1 : après-midi : 13h30-15h30

- Introduction à la psychologie positive
- Place de la psychologie positive dans le soin diététique

Jour 2 : mati : 8h30-12h30

- Retour sur l'alimentation en conscience
- Usage concrète de la psychologie positive en consultation diététique

- Jour 2 : après-midi : 13h30-15h30

- Les émotions : nourrir les émotions ressourçantes et réguler les émotions bloquantes
- Place de la psychologie positive (émotions ressourçantes)
- Les valeurs comme moteur motivationnel

Jour 3 : mati : 8h30-12h30

- Exercice hypnotique : visualiser un comportement pro santé
- Se libérer du mental : techniques de défusion et de libération émotionnelle (haverning touch)

Déjeuner en commun (1h): alimentation en pleine conscience : mise en pratique

Florian Saffer – 60 avenue du médipôle 38300 Bourgoin-Jallieu Courriel :
dietetiquecomportementale@gmail.com

SIRET : 485 113 294 00030 Numéro de déclaration d'activité : 82 38 05634 38

- Retour sur les mécanismes de régulation du rassasiement : attention et sécurité affective

Jour 3 : après-midi : 13h30-15h30

- Exercice de pleine conscience : faire de la place à ses besoins
- Intégrer la psychologie positive en consultation : exercices concrets

Jour 4 : matin : 8h30 – 12h30

- Exercice de pleine conscience : gratitude et compassion pour le corps

TARIF

Frais pédagogiques

Plein tarif: 480 euros

Tarif réduit (étudiants, demandeurs d'emploi, ADL, M2000) : 430 euros

NATURE DE LA FORMATION

La Formation s'inscrit dans le cadre des actions de formation prévues par les articles L.6313-1 et L.6313-9 du Code du Travail - LOI n°2018-771 du 5 septembre 2018 - art. 4

Elle constitue une action concourant au développement des compétences qui entre dans le champ d'application des dispositions relatives à la formation professionnelle sous le qualificatif :

Action d'acquisition, d'entretien ou de perfectionnement des connaissances.

PUBLIC ET PRÉREQUIS

Formation ouverte uniquement aux diététiciens diplômés

ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Afin de garantir l'accessibilité pédagogique des formations à tous, notre organisme de formation peut réaliser des adaptations à la demande (adaptation des rythmes, des supports...). Nous vous invitons dans ce cas à nous contacter au plus vite.

Florian Saffer – 60 avenue du médipôle 38300 Bourgoin-Jallieu Courriel :
dietetiquecomportementale@gmail.com

SIRET : 485 113 294 00030 Numéro de déclaration d'activité : 82 38 05634 38

P. 3 / 3