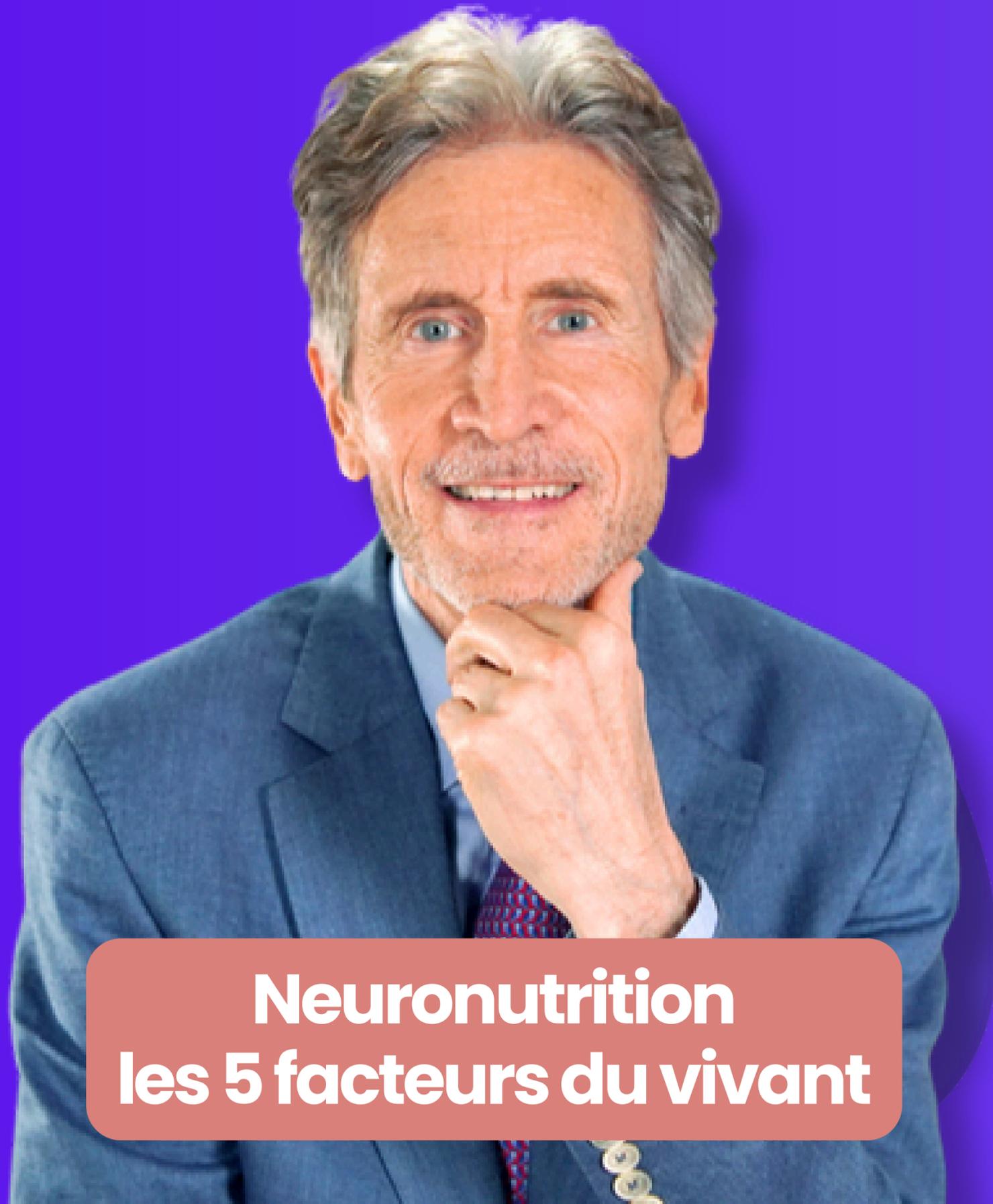


Développer son activité d'accompagnement

ATELIER COMPÉTENCES – MODULE 5

NUTRITION & DIÉTÉTIQUE

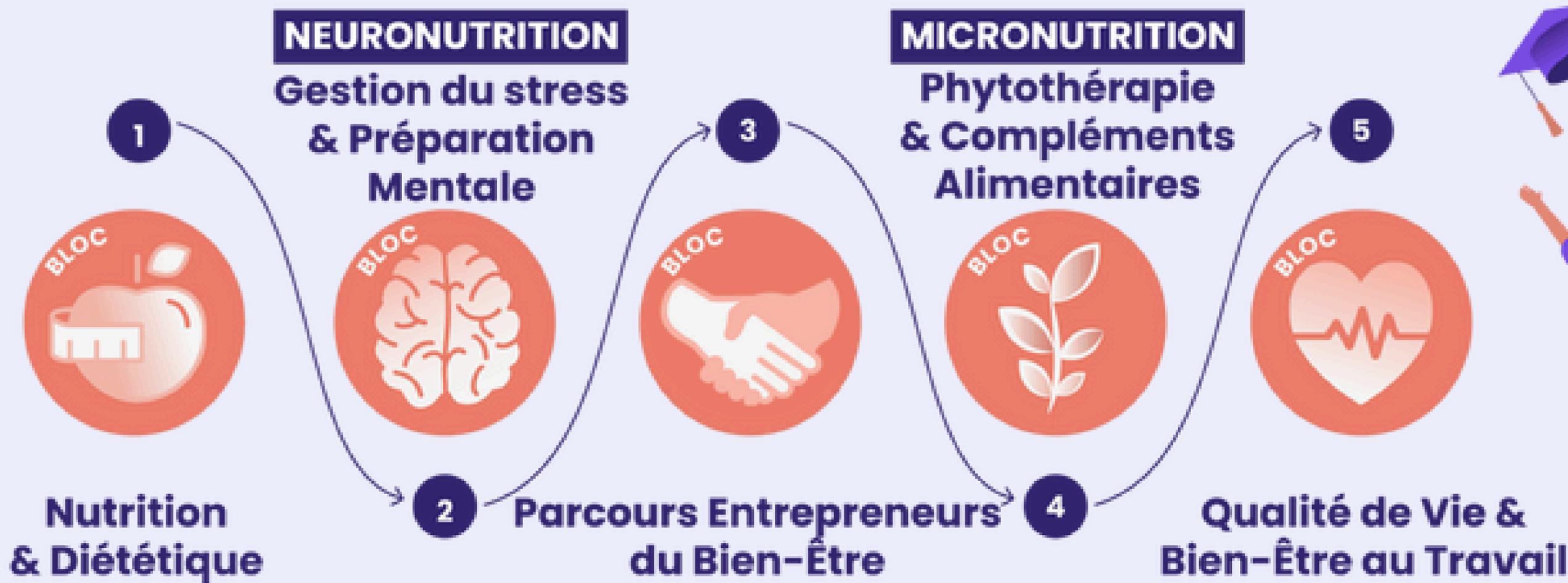


**Neuronutrition
les 5 facteurs du vivant**



Dr. Yann Rougier

LES 5 BLOCS DU PARCOURS NUTRITION PLEINE-SANTÉ



À l'animation



- **Diététicienne Pleine-Santé**
- **Créatrice de la Spécialisation Index Glycémiques**
- **Super-Mentor**
- **Responsable des Compétences et Jurys**

Mon Rôle : vous transmettre mes compétences et mon expérience.

Claire Doray

Nos supers Mentors Nutrition



Diététicienne Pleine-Santé

**RESPONSABLE COMMUNAUTÉ NUTRITION
ET MENTOR 5.3**

- MEMBRE DU RÉSEAU OBÉSITÉ PÉDIATRIQUE
- SPÉCIALISÉE EN PERTE DE POIDS – MINCEUR
- EN CABINET PLURIDISCIPLINAIRE DEPUIS 2019

Charlotte Bertrand

AGENDA DU JOUR

12h45-13h00

Briefing

13h00-13h05

Introduction / objectif du jour

13h05-13h30

Utilisation des outils de nutrition / Cas pratique

13h30-13h40

Vos questions, les réponses de votre Experte Nutrition

13h40-13h45

Débrief en 5 min et Exercice de la semaine

3 volontaires

Pour débriefer l'atelier du jour !



L'équipe



Dr Y. Rougier

Créateur des formations 5.3
Médecin spécialiste
Passionné de neurosciences
Préparateurs d'athlètes de
haut niveau



Claire Doray

Diététicienne Pleine-Santé
Spécialisée dans
l'alimentation IG bas &
Tabacologie
Autrice



Fabrice Boutain

Fondateur de l'Ecole 5.3
Entrepreneur
Athlète de haut niveau
Passionnée de Nutrition,
Sport et Santé

Accompagné d'un mentor

- 1 Anciens élèves de l'École
- 2 Accompagnent 10 à 50 clients par mois
- 3 Ont à cœur le développement de votre projet

Chaque mentor
est à votre écoute 🤝



MOTIVE
DEVELOPPE
ENCADRE
TRANSMET
COACHE
INSPIRE

Présentation de la formation Nutrition



AGENDA DU JOUR

12h45–13h00

Briefing

13h00–13h05

13h05–13H30

13H30–13H40

Introduction / objectif du jour

Utilisation des outils de nutrition / Cas pratique

Vos questions, les réponses de votre Experte Nutrition

13h40–13h45

Débrief en 5 min et Exercice de la semaine

Module 4 et 5

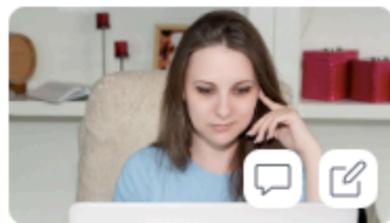
- Bien accompagner pour mieux conseiller
- et développer son activité d'accompagnement



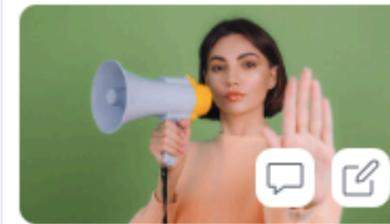
[Module 4.1] - Comment aider une personne à manger ...
Bienvenue dans votre quatrième module ! À partir de maintenant, nous allons utiliser toutes les compétences que vous avez acquis...



[Module 4.2.] - Le déroulé de l'entretien
Dans cette deuxième partie du module 4, vous allez découvrir comment se passe un entretien : le protocole qu'il faut respecter ...



[Module 4.3.] - Poser un bilan de conseil pour nourrir la...
Nous avons vu ensemble la bonne façon d'accueillir une personne et les moyens pratiques d'inspirer sa confiance pour partir sur de...



[Module 5.1-] - Les limites des compétences : votre res...
Ce cinquième et dernier module de votre formation s'intitule "Développer votre activité d'accompagnement". Nous sommes...



[module 5.2] - Les outils-clés de l'accompagnement
Dans ce nouveau cours, vous allez approfondir votre méthode d'accompagnement des clients. Vous allez passer en revue tous l...



[Module 5.3.] - Les profils spécifiques de population
Ce dernier cours de votre formation est entièrement orienté vers les personnes qui, dans quelque temps, vont venir vous consulte...

Cas pratique



Depuis 2 mois, **Monsieur Noël** a repris la course à pied
3 fois/semaine pour **perdre les 10 kg** pris depuis cet été.

Ayant déjà perdu 3 kg, il voudrait
être accompagné en Nutrition
pour :

- **Optimiser sa perte de poids / retrouver son poids de forme**
- **Reprendre en main son alimentation pour gagner en confort lors de ses runnings.**

MONSIEUR NOËL

35 ANS



À PROPOS

1

En couple - sans enfant

PATHOLOGIES

2

Pas de pathologie
Pas d'antécédents familiaux

ANAMNÈSE

3

1,72 m / 82 kg

OBJECTIFS

4

Retrouver son poids de forme (-7 kg)
Gagner en confort dans sa pratique sportive

NIVEAU D'ACTIVITÉ PHYSIQUE

5

Actif : Course à pied
3 fois/semaine entre 45-60 min

Cas pratique



1

2

3

4

5

ÉQUILIBRE
ALIMENTAIRE

CRITÈRES
DE QUALITÉ

ANALYSE
TECHNIQUE

ACCOMPAGNEMENT
EN NUTRITION

TRANSFORMATION
RÉUSSIE

Les Limites de Compétences

Au cours du deuxième mois d'accompagnement, Monsieur Noël vous informe que **sa fatigue est dûe à une anémie** (carence en fer).

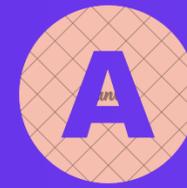
Son **médecin** lui a donné un **traitement** depuis 2 semaines.

SONDAGE N°1

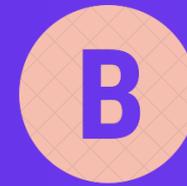


SONDAGE 1

Quelle est votre approche ?



Contacter son médecin
pour travailler en équipe
pluri-disciplinaire

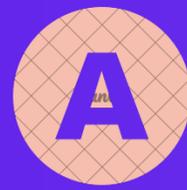


Continuer le suivi sans en parler
à son médecin



Contacter une diététicienne
pour adapter son alimentation
à sa carence

RÉPONSE N°1 :



SONDAGE 1

Quelle est votre approche ?

Contacter son médecin
pour travailler en équipe
pluri-disciplinaire

Contacter une diététicienne
pour adapter son
alimentation à sa carence

Les Limites de Compétences

TRAVAILLER – DÉLÉGUER AU SEIN D'UNE EQUIPE PLURI-DISCIPLINAIRE

dans le cas des pathologies, des traitements,
des TCA et des 5 profils spécifiques.

La santé des personnes que vous accueillez doit toujours rester au cœur de vos préoccupations. Votre lucidité et votre sens de la responsabilité sont les gages de votre éthique personnelle et de vos compétences professionnelles.



SONDAGE N°2



Quels sont les professionnels de santé
avec lesquels vous allez
collaborer
pour créer votre équipe pluri-
disciplinaire ?

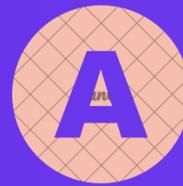
A vos claviers !

SONDAGE N°3



SONDAGE 3

**Quelles sont 3 missions du
Conseiller Nutrition
Pleine-Santé ?**



Faire vivre une
EXPÉRIENCE UNIQUE

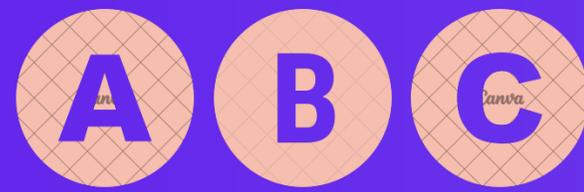


Accompagner vers
une **TRANSFORMATION**



Guider vers la
PLEINE-SANTÉ

RÉPONSE N°3 :



SONDAGE 3

**Quelles sont 3 missions du
Conseiller Nutrition
Pleine-Santé ?**

Faire vivre une
EXPÉRIENCE UNIQUE

Accompagner vers
une **TRANSFORMATION**

Guider vers la
PLEINE-SANTÉ

Missions du Conseiller Nutrition Pleine-Santé

3

**ACCOMPAGNER
VERS UNE TRANSFORMATION**
FIXER ET SUIVRE LES OBJECTIFS #Cinq3

**GUIDER VERS
LA PLEINE SANTÉ**
AVEC LES 5 FACTEURS DU VIVANT

**FAIRE VIVRE UNE
EXPÉRIENCE UNIQUE**
AVEC SUIVI ULTRA PERSONNALISÉ 24H24
ET DES PARTENAIRES PLURIDISCIPLINAIRES

Missions du Conseiller Nutrition Pleine-Santé

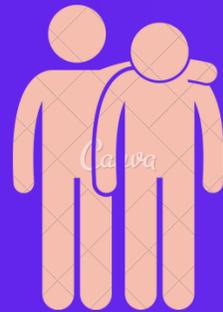


Fixer des objectifs SMART et #333

Spécifique Mesurable Atteignable Réaliste Temporel



Suivre les objectifs toutes les semaines



Encourager tous les jours

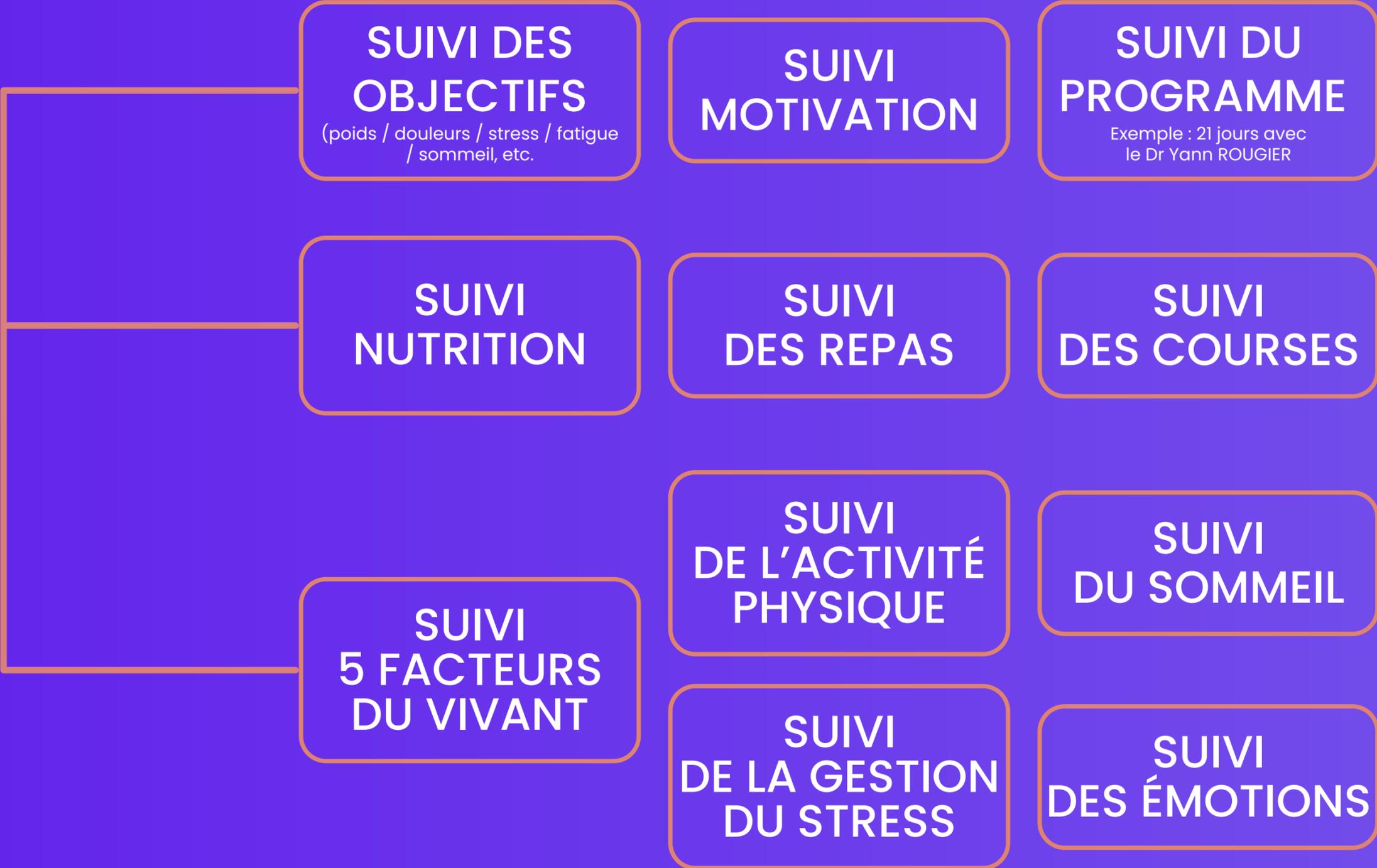


Dr. Yann Rougier

Accompagnement sur 3 mois

3

MOIS



Accompagnement sur 3 mois

Les 3 outils de l'accompagnement et du coaching 24/24

Messagerie instantanée



Visioconférence



Réseaux Sociaux



Notre objectif est de faire vivre à notre client
une expérience d'accompagnement **100% humaine**
avec un suivi ultra personnalisé à 3 niveaux.



Disponibilité
24h / 24



Conversations variées :
PHOTO / VIDEO / AUDIO



Le groupe de motivation
(3 personnes)

Les outils 5.3 du Conseiller Nutrition Pleine-Santé



- 1** Delta-Book
- 2** Livret du Bêta-Testeur
- 3** L'encyclopédie du Dr Y. Rougier
- 4** Les rencontres 5.3
- 5** Boîte à outils de l'accompagnement

AGENDA DU JOUR

12h45–13h00

Briefing

13h00–13h05

13h05–13H30

13H30–13H40

Introduction / objectif du jour

Utilisation des outils de nutrition / Cas pratique

Vos questions, les réponses de votre Experte Nutrition

13h40–13h45

Débrief en 5 min et Exercice de la semaine

Debriefing



Devoir en groupe



**SEUL : ON APPREND
MAIS ON RETIENT MOINS**

**ENSEMBLE : ON CRÉE DU SENS
AUTOUR DE SON PROJET
ET DES COMPÉTENCES**

POURQUOI TRAVAILLER EN GROUPE ?

1 Intelligence collective

2 Travail collaboratif

3 Mémorisation & restitution



Devoir en groupe



Listez précisément (contacts + coordonnées) les professionnels de santé auxquels vous allez vous présenter pour constituer votre propre équipe Pluri-Disciplinaire.

Les fondamentaux



1

Les ateliers de groupe



2

La plateforme de formation



3

Mon groupe de 3 à 5 personnes



Merci à tous pour votre participation ! 🎉

Ne manquez pas l'**Atelier Questions-Réponses**

Et pour aller encore plus loin, rejoignez-nous pour notre Séquence Waouw 🌟