

SMART NUTRITION

INHOUD

- Je leert hoe er op een natuurlijke wijze via voeding een balans gecreëerd kan worden.
- Je leert om vanuit de Chinese voedingsleer het stofwisselingstype van je cliënt te bepalen.
- Je leert om de 'zwakke kant' van spijsvertering te versterken en te kijken naar de oorzaak in plaats van de symptomen. Je leert om een voedingsadvies op maat voor je cliënt te maken op grond van zijn/haar metabolisme en voedingstypologie.
- Je leert hoe voeding een belangrijke factor is met betrekking tot het functioneren van het immuunsysteem.
- Verder wordt ingegaan op: onevenwichtige vertering/darm microbioom, intermitterend vasten, plan van aanpak bij overgewicht, de thermische werking van voeding en nog veel meer.

WAT KRIJG JE

- De opleiding omvat twee opleidingsdagen
- Opleidingsmanual in het Nederlands
- Certificaat van deelname

VOOR WIE

- Deze opleiding richt zich op degenen die al een opleiding hypnose hebben gevolgd en zich expert willen kunnen noemen op het gebied van het werken met afvallen, eetstoornissen, overgewicht en die zeer gerichte voedingsadviezen willen kunnen geven aan hun cliënten.
- Deze opleiding kan eveneens gevolgd worden **zonder** vooropleiding in hypnose.
- Deze opleiding wordt op HBO-niveau gegeven.

TIJDINVESTERING

- Deze opleiding betreft in totaal 16 docentcontacturen (2 dagen klassikaal) alsmede minimaal 29 uren zelfstudie en brengt 1,5 EC's.

DOCENT

- Marieke Peters

OVERIGE INFORMATIE

Resultaat

1. Je kunt uitleggen aan je cliënt hoe de temperatuur van voedsel van invloed is op gewicht en gezondheid
2. Je kunt uitleggen aan je cliënt hoe de smaak van voedsel van invloed is op gewicht en gezondheid.
3. Na deze tweedaagse opleiding kun je een individueel eetadvies geven dat niet alleen helpt bij gewichtsafname, maar dat ondersteunend is voor de gezondheid van je cliënt.
4. Je leert om aan de slag te gaan met een metabolische vragenlijst en TCM-anamnese waardoor je in staat bent om een individueel voedingsadvies te geven aan je cliënt, welke niet alleen helpt bij het afvallen, maar die ook kan bijdragen aan gezondheid in het algemeen.

Locatie

Hoevestein 12, Oosterhout NB

Accreditatie en erkenningen

Erkend door VIV via KTNO, door BATC, door Catcollectief via Gatregisteropleidingen

Meer informatie en aanmelden

<https://hypnosementor.nl/hypnose-opleidingen/smart-nutrition/>

MEER OVER DE OPLEIDING

Leer hoe je cliënten individueel advies kunt geven ten aanzien van voeding gericht op gezondheid en afvallen zonder enige vorm van dieet vanuit de Chinese voedingsleer in combinatie met metabolische typing.

Smart Nutrition is een bijzondere specialisatieopleiding welke je leert kijken naar voeding vanuit de voedingsleer vanuit de Chinese voedingsleer.

Je leert hierbij wat warme en koude voedingen voor invloed hebben niet alleen op gewicht, maar ook op gezondheid in het algemeen. Verder leer je hoe de smaakrichting van voedsel van invloed kan zijn op het gewicht. Voeding in deze tijd is voor veel mensen een vraagteken geworden. Wat is nu gezond?

