

Integrale Nutritionele Therapie: Basis

vereiste voorkennis: voedingsdeskundige of medische basiskennis (of deze opleiding volgen)

Als eerste lijn zorgverlener krijg je vaak vragen over suppletie advies en praktische tips over voeding en leefstijl. Krijg je heel wat mensen die **een oplossing willen voor overgewicht, maag-darmklachten, pijn en 'over'vermoeidheid**.

Een wondermiddel bestaat niet en zal nooit bestaan. Hiervoor is een totaal aanpak nodig. De meeste goede en gedegen adviezen stranden omdat er gebrek is aan **coaching, autonomie, motivatie en structuur**. Deze opleiding **combineert Westerse klassieke met natuurvoedingsleer**, schenkt veel aandacht aan maagdarmtherapie, bloedsuikerspiegel en combineert dit met herstel van het bioritme dat wij kennen in de natuur.

Dag 1 : Energie herstel cel

- Genetica- epigenetica
- Hormonen - neurotransmitters
- Autonoom zenuwstelsel – lichaam - bioritme
- Hydratatie - Mineralisatie
- Energieherstel in cel en lichaam

Dag 2: Vertering

- Vertering van mond tot kont
- Maag herstellen als zuur-producerend orgaan
- Leven met micro-organismen
- Voeding voor verteringsherstel
- Autonoom zenuwstelsel en verteren
- Van verteren naar absorberen

Dag 3: Bloedsuikerspiegel

- Overlevingsmechanisme
- Verband hormonale balans
- Werken met de glycemische index

Dag 4: Reinigen

- Klachten progressie bij depositie van afvalstoffen
- Zelf genezend vermogen ondersteunen
- Reinigen op het ritme van de natuur

Na deze opleiding ken je het belang van het geheel, het natuurlijk ritme waarmee het **zelf genezend vermogen** van het lichaam geactiveerd wordt van bij het fundament. Hierdoor bekom je duurzaam herstel waarmee vele **chronische klachten** zoals maag-darm- en verteringsproblemen, vermoeidheid, uitputting, chronische tekorten, hardnekkig overgewicht en verschillende pijnklachten, opgelost worden.

Je weet wanneer supplementen nodig zijn en wat de plaats ervan is, als onderdeel van herstel, samen met voeding en leefstijl.

Je kan eenvoudige dagelijks toepasbare adviezen geven voor een reële gezondheidswinst voor je cliënt.



Online certificatie: open boek online examen+ certificatie vereist aanwezigheid alle lessen

Accreditatie: ADAP-diëtisten (Accreditatie Deskundigheidsbevorderende Activiteiten Paramedici NI) **24 punten**

Prijs: excl. BTW (geldig voor 2021) : Inschrijving definitief na betaling cursus i.s.m. NATUURPLUS – KMO port. - Basis = 750 € Inclusief film & syllabu - Inschrijven: https://www.natuurplus-shop.be/a-63517232/opleidingen/integrale-nutritionele-therapie-basis/	Deze opleiding bevat 4 lesdagen die je online in jouw tijd kan volgen 5 u per lesdag. Vragen stellen in groep via ZOOM: op de dagen vermeld bij de les, dit gedurende 2u. Schrijf tijdig in als je hieraan wil deelnemen: • Lente 2021: inschrijven voor 8 april • Herfst 2021: inschrijven voor 27 september
---	--

Docent: Ing. Christel Stevens, natuuriëtist <https://www.3-isone.com/personen/christel-stevens/>

Na certificatie kan je ervoor kiezen om verder opgeleid te worden tot **3-isOne coach**.

- **Stap1: Intervisie gesprek**
- **Stap 2: level 1 opleidingen:** OVER energie, OVER gewicht, OVER vertering (3 x 1 dag + certificatie)
- **Stap 3: level 2 opleiding:** Verdieping Integratieve Nutritionele Therapie.

Zowel tijdens level1 en 2 opleiding leer je analyses maken en de verschillende klachten verbinden met oorzaken. Je leert gestructureerd en oplossingsgericht van bij het fundament te werken. Je zal je zelf en een zorgvragen coachen en motiveren met 'blended learning' door 5 pijlers te implementeren in je dagdagelijks 'westers' leven.

De verdieping is tevens **een persoonlijk leiderschapstraject** waarbij het lichaam, brein en hart alle ondersteuning krijgt tot zelfgenezing en persoonlijke ontwikkeling. .