

## **Kinésiologie Allergie Nutrition**

---

Le thème de cette formation sera basé sur le domaine de l'écologie personnelle. Ce thème sera l'occasion de réfléchir ensemble sur nos habitudes de vie ancrées dans nos histoires personnelles. Nous verrons par exemple à quel point elles affectent nos réactions physiologiques et biochimiques. Ce sera l'occasion d'approfondir notre connaissance du monde et de soi afin d'observer nos interactions physiques, comportementales, émotionnelles... en résonances avec notre environnement immédiat, notre psychisme et bien sûr notre corps. Nous ne sommes pas distincts de notre environnement, tout comme nous ne sommes pas distincts des effets de ce que nous consommons tous les jours. Ce stage permettra d'avoir de réelles notions en nutrition et en alimentation, d'identifier leur impact sur nos comportements, tels que les manifestations de stress endogènes et exogènes. Nous aborderons des protocoles d'équilibration faisant partie du tronc commun : aliments biogéniques, hypersensibilités, allergies (sujet développé dans la pathogénèse, l'approche médicale, naturopathique et kinésiologique, ainsi que les réponses apportées) intolérances, stress adrénalien, protocole acido basique...

### **Prérequis**

Aucun

### **Durée de la formation**

La formation se déroule sur 4 jours soit un montant de: 440 €

## Pour en savoir plus sur le contenu de la formation Kinésiologie Allergie Nutrition

---

### Contenu

- Présentation et explication des bases de l'alimentation dite « alimentation santé », de la nutrition (apports vitaux)
- Sur 2 jours et demie : présentation et étude de la notion d'allergie du point de vue médical, du point de vue des approches dites complémentaires. Comportement du système immunitaire, rôle du foie. Les effets du stress sur notre physiologie et notre cerveau. Protocoles et réflexions.
- Les conséquences d'un déséquilibre acido-basique au quotidien : nutrition, sommeil, poids, intolérances, pathologies... conseils et corrections.

Une grande place sera accordée à la pratique.

