



FORMATION DE 2 JOURS
**SANTÉ ET
ALIMENTATION**



IMDERPLAM

L'ÉCOLE DES PLANTES MÉDICINALES
ET DES MÉDECINES DOUCES

OBJECTIFS

Faire le point sur l'état des connaissances actuelles sur la relation entre santé et alimentation.

Appliquer et déguster dans le cadre d'ateliers cuisine.

ORGANISATION

Alternance entre enseignement théorique et ateliers pratiques.

CONTENU

- Le lait et le gluten : des diables à proscrire de nos tables ?
- Intolérances au gluten, aux FOODSMAPS, au lactose, au lait industriel, à la bêta lactalbumine, aux blés contemporains : connaissances actuelles et recommandations,
- Quelques alternatives savoureuses et pratiques à préparer et à déguster,
- La microbiote, nouvelle pierre angulaire de la santé globale,
- Les antioxydants et le stress oxydant,
- Un antioxydant n'est jamais aussi bon que dans sa « matrice », l'alimentation plutôt que la gélule.



PUBLICS CONCERNÉS

- Professionnels de santé
- Particuliers

Pré requis : aucun

Evaluation : QCM, mis en pratique évalué ou autre...

DÉROULEMENT DE LA FORMATION

2 jours - 14 heures

27, 28 avril 2019

Horaires : 9h30 à 17h30

Pause déjeuner d'une heure

TARIFS

- Financement personnel : **280 €***
- Financement entreprise ou formation continue : **380 €***

**Le prix de la formation inclus les repas confectionnés et pris en commun lors de la pause déjeuner.*

LIEU DE LA FORMATION

L'école – Mas des Bonnes Ouest
34130 – Candillargues

INTERVENANTE



Aline MERCAN

Médecin,
phytothérapeute,
ethnobotaniste,
anthropologue


L'ÉCOLE

Mas des Bonnes Ouest - rd 106
34130 Candillargues • +33(0)4 67 29 60 05

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS
ANTENNE ADMINISTRATIVE

7 place de la République • Les Glanques - bât. b
13210 Saint-Rémy-de-Provence
+33(0)4 90 26 62 63

www.inderplam.com • ecole@inderplam.com

 Retrouvez l'école sur Facebook