

# Les outils de l'alimentation en pleine conscience (Mindful eating) adaptés au diététicien

Formation organisée par l'Association Française des Diététiciens Nutritionnistes

**Paris, le 25, 26 septembre et le 24 octobre 2020**  
au Siège AFDN, 35 allée Vivaldi 75012 PARIS

**Ouvert aux** Diététiciens enregistrés au répertoire ADELI, adhérents ou non à l'AFDN

## Intervenant

Duncan BENVENISTE  
Diététicien, instructeur Mindful eating et MBCT, ingénieur en ETP

## Objectifs de la formation

- Objectif 1 : Être capable d'animer les outils du Mindful eating
- Objectif 2 : Adapter les outils du Mindful eating au métier de diététicien.

## Programme des 3 journées

**HORAIRES : 9H30/12H30 – 13H30/17H30**

### 1<sup>ER</sup> JOUR DE FORMATION

- Découverte de la méditation de Pleine Conscience (Mindfulness)
- Découverte de l'alimentation en Pleine Conscience (Mindful Eating)
- Pratiques sur les sensations alimentaires

### 2<sup>ND</sup> JOUR DE FORMATION

- Pratiques de Pleine Conscience et de Mindful Eating
- Entraînement à l'animation de séquences de Mindful Eating
- Pratiques sur les cognitions autour de l'alimentation

*Des consignes seront données, des fiches à remplir et envoyer par mail au formateur de l'expérience vécue ainsi que les liens faits avec la pratique professionnelle.*

*Ceci permettra de maintenir une motivation plus forte dans la pratique et de favoriser une plus grande transférabilité des compétences dans le contexte professionnel.*

### 3<sup>EME</sup> JOUR DE FORMATION (1 MOIS APRES)

- Pratiques de Pleine Conscience et de Mindful Eating
- Entraînement à l'animation de séquences de Mindful Eating
- Approfondissement de la pratique : pratiques d'outils intégratifs (pensées + sensations + émotions)

## Les outils de l'alimentation en pleine conscience (Mindful eating) adaptés au diététicien

Formation organisée par l'Association Française des Diététiciens Nutritionnistes



**Lieu :** Siège de l'AFDN  
35 Allée Vivaldi - 75012 PARIS

**Dates et Horaires :** les 25, 26 septembre et le 24 octobre 2020 : 9h30/12h30 – 13h30/17h30

**Public ciblé :**

Ouvert aux Diététiciens enregistrés au répertoire ADELI, adhérents ou non à l'AFDN

**Intervenante :**

Duncan BENVENISTE  
Diététicien, instructeur Mindful eating et MBCT, ingénieur en ETP

**Tarif :**

- Prise en charge financière personnelle par l'adhérent à jour de cotisation 2020 : **650 euros ttc** (Thème de formation pris en charge par le FIF-PL pour les diététiciens libéraux)
  - Prise en charge financière par un tiers payeur ou un non adhérent : **850 euros ttc**
- Pour les participants non adhérents merci de joindre la copie du diplôme BTS ou DUT Diététique  
Les inscriptions seront prises en compte dans l'ordre d'arrivée et seront closes lorsque la capacité maximale sera atteinte.

L'AFDN est organisme de formation déclaré sous le n° 11 7537118 75.

[Retrouvez sur le site toutes les modalités d'une inscription à une formation AFDN.](#)


Toute confirmation d'inscription est envoyée par mail au plus tard 15 jours avant la formation

Toute annulation doit être communiquée par écrit 7 jours avant la formation par mail [afdn@afdn.org](mailto:afdn@afdn.org)

**NOUVEAU :** Possibilité de payer en ligne directement.

➔ **POUR VOUS INSCRIRE, VOUS POUVEZ CHOISIR LE PAIEMENT EN LIGNE EN VOUS RENDANT SUR LA PLATEFORME HELLOASSO, CLIQUEZ SUR LE LIEN CI-DESSOUS :**

<https://www.helloasso.com/associations/afdn/evenements/formation-les-outils-de-l-alimentation-en-pleine-conscience-25-26-09-et-24-10>

 **helloasso** HelloAsso est une plateforme de paiement 100% sécurisée

Mais si vous choisissez de payer **par chèque** ou si c'est votre **établissement qui prend en charge vos frais**, merci de compléter le bulletin ci-dessous et de nous le retourner :

**Inscription à la session de formation « Les outils de l'alimentation en pleine conscience (Mindful eating) adaptés au diététicien » 25, 26 septembre et le 24 octobre 2020 à Paris pour :**

M., Mme, Mlle \_\_\_\_\_

Etablissement : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ Tél. \_\_\_\_\_

E-mail \_\_\_\_\_

Prise en charge financière personnelle par l'adhérent à jour de cotisation 2020 : 650 euros TTC

Prise en charge financière par un tiers payeur ou un non adhérent : 850 euros TTC

Joindre obligatoirement :

- soit le règlement par chèque à l'ordre de l'AFDN

- soit une attestation de prise en charge des frais de formation sur papier à entête de l'établissement payeur