

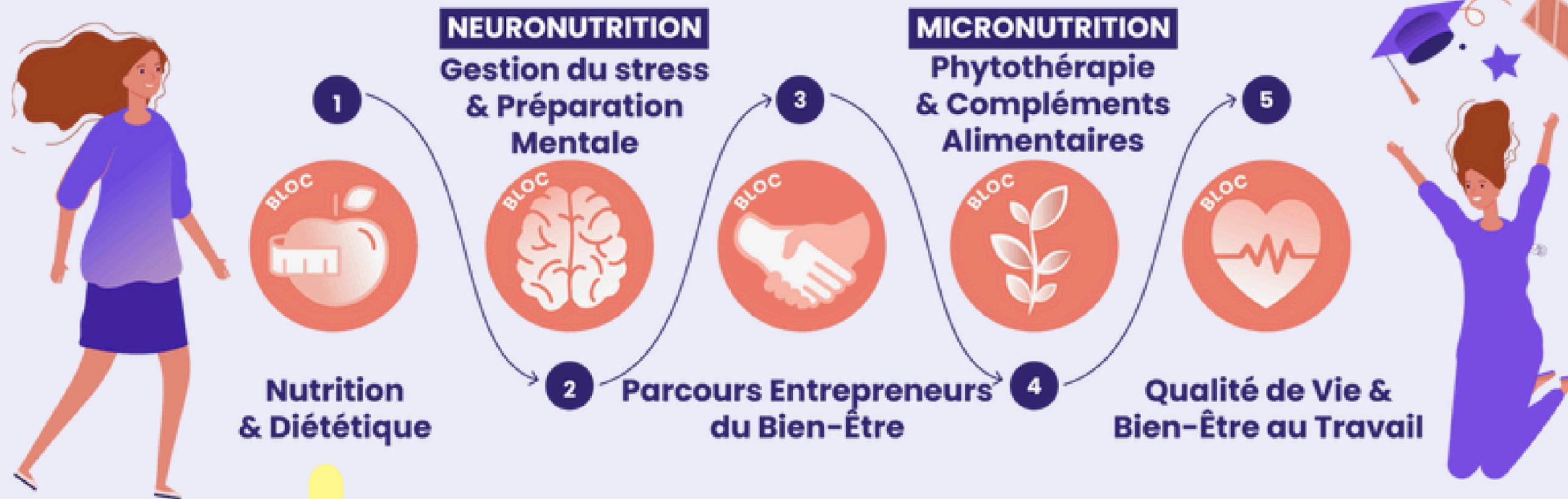
# Développer son activité d'accompagnement

**ATELIER COMPÉTENCES – MODULE 5**

**NUTRITION & DIÉTÉTIQUE**

**5.3** | ECOLE NUTRITION  
SPORT & SANTÉ

# LES 5 BLOCS DU PARCOURS NUTRITION PLEINE-SANTÉ



VOUS  
ÊTES  
ICI

# 4 spécialisations de nos experts déjà disponibles !

20% théorique - 80% pratique



## Spécialisation Index Glycémiques

DEVENEZ EXPERT DES  
IG  
ET RÉUSSISSEZ  
TOUS VOS  
PROGRAMMES D'  
ACCOMPAGNEMENT



## Spécialisation Nutrition Performance

ACCOMPAGNER LES  
SPORTIFS ET LES  
ENTREPRENEURS  
VERS LA  
NUTRITION-  
PERFORMANCE

## Spécialisation Minceur Slim-Data

LA MÉTHODE SLIM-  
DATA, LA MÉTHODE  
NOVATRICE ET  
PROFONDÉMENT  
TRANSFORMATRICE  
SCIENTIFIQUEMENT  
VALIDÉE PAR DR Y.  
ROUGIER



## Spécialisation Réseaux sociaux

PARTAGEZ VOTRE  
PASSION SUR LES  
RÉSEAUX  
SOCIAUX ET  
DÉVELOPPEZ  
VOTRE ACTIVITÉ

# Comment y accéder ?

## ESPACE ELEVES



ACCUEIL **Parcours Nutrition Pleine Santé** RETOUR



CONNEXION AUX FORMATIONS

L'école 5.3, c'est aussi

| SPÉCIALISATION NUTRITION<br>AVEC CLAIRE DORAY  | SPÉCIALISATION ENTREPRENEUR<br>AVEC MARIE-PIERRE BOUYAUX   | BILAN DE COMPÉTENCES<br>8 H D'ACCOMPAGNEMENT – ÉLIGIBLE AU CPF   |
|--|--|--|
|  <p><b>INDEX<br/>GLYCÉMIQUES</b></p> <p>Réussis tes accompagnements grâce à l'alimentation IG bas</p> |  <p><b>RÉSEAUX<br/>SOCIAUX</b><br/>PARTAGE TA PASSION</p> <p>Développe ton activité grâce aux réseaux sociaux</p> |  <p><b>TROUVE LA VOIE</b><br/>PRO QUI TE RESSEMBLE</p> <p>Définis ton projet, donne-lui du sens et passe à l'action</p> |



## Delta-Book Nutrition

Je télécharge mon Delta-Book de formation



## Carnet de suivi Bêta-Testeurs Nutrition

J'imprime le carnet de suivi de mes Bêta-Testeurs



## Révisions Nutrition

Je m'exerce au travers d'exercices et de QCM



## Boîte à outils Nutrition

Je télécharge des supports pédagogiques à transmettre à mes clients et des fiches mémo pour m'accompagner dans ma pratique de conseiller en nutrition pleine santé.



## Bilans Pleine-Santé

Je visionne des cas pratiques d'accompagnement



## L'encyclopédie de la Pleine-Santé

Je découvre toutes les réponses du Dr Y. Rougier à vos questions

# Nos supers Mentors

*Animateur Stress & Nutrition.  
Jury Stress  
Tuteur 5.3*

**SPECIALISÉ DANS LA SANTÉ MENTALE :  
(AXE CERVEAU-NERF VAGUE-INTESTINS)**

- **PSYCHONUTRITION & GESTION DU STRESS**
- **ÉQUILIBRE DU MICROBIOTE**
- **ÉQUILIBRE DE VIE AVEC LES 5 FACTEURS DU VIVANT**

*Hervé Le Pabic*



# L'Experte



- 🥗 **Diététicienne Pleine-Santé** (Sept. 2024)
- 👤 **Super-Mentor 5.3**

## Mon rôle chez 5.3 🚀

J'accompagne les élèves qui souhaitent se reconverter et réussir dans la Nutrition et la Pleine-Santé.

Mon objectif est de vous donner des clés concrètes pour bâtir une vie pro épanouissante et impactante.

Elodie Fieschi

# AGENDA DU JOUR

12h45-13h00

Briefing

13h00-13h05

**Introduction / objectif du jour**

13h05-13h30

**Utilisation des outils de nutrition / Cas pratique**

13h30-13h40

**Vos questions, les réponses de votre Experte Nutrition**

13h40-13h45

Débrief en 5 min et Exercice de la semaine

# 3 volontaires

## Pour débriefer l'atelier du jour !



# Module 4 et 5

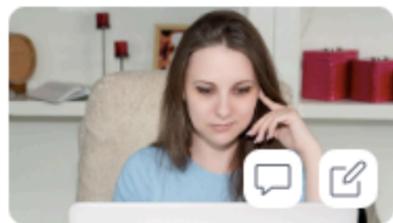
- Bien accompagner pour mieux conseiller
- et développer son activité d'accompagnement



**[Module 4.1] - Comment aider une personne à manger ...**  
Bienvenue dans votre quatrième module ! À partir de maintenant, nous allons utiliser toutes les compétences que vous avez acquis...



**[Module 4.2.] - Le déroulé de l'entretien**  
Dans cette deuxième partie du module 4, vous allez découvrir comment se passe un entretien : le protocole qu'il faut respecter ...



**[Module 4.3.] - Poser un bilan de conseil pour nourrir la...**  
Nous avons vu ensemble la bonne façon d'accueillir une personne et les moyens pratiques d'inspirer sa confiance pour partir sur de...



**[Module 5.1-] - Les limites des compétences : votre res...**  
Ce cinquième et dernier module de votre formation s'intitule "Développer votre activité d'accompagnement". Nous sommes...



**[module 5.2] - Les outils-clés de l'accompagnement**  
Dans ce nouveau cours, vous allez approfondir votre méthode d'accompagnement des clients. Vous allez passer en revue tous l...



**[Module 5.3.] - Les profils spécifiques de population**  
Ce dernier cours de votre formation est entièrement orienté vers les personnes qui, dans quelque temps, vont venir vous consulte...

# Cas pratique

**Monsieur Farniente** plombier 44 ans, en couple, aimerait perdre ses 5 kilos pour la fête des 18 ans de son fils qui aura lieu dans 3 mois.

Il court 1 fois par semaine avec son voisin coach sportif, pour retrouver sa Pleine-Vitalité et se sentir en meilleure forme physique

Il souhaite :

- **Perdre +/- 5 kg pour les 18 ans de son fils**
- **Retrouver sa forme olympique !**



# MONSIEUR FARNIENTE

44 ANS



## À PROPOS

1

Couple - 1 enfant de 17 ans

## PATHOLOGIES

2

Pas de pathologie  
Pas d'antécédent familial

## ANAMNÈSE

3

1,88 m / 85 kg

## OBJECTIFS

4

- Perdre +/- 5 kg pour les 18 ans de son fils
- Retrouver sa forme olympique !

## NIVEAU D'ACTIVITÉ PHYSIQUE

5

**Actif - Plombier**  
**Course à pied 1 fois/sem**

# Cas pratique



1

2

3

4

5

ÉQUILIBRE  
ALIMENTAIRE

EQUILIBRE  
ALIMENTAIRE

ANALYSE  
TECHNIQUE

ACCOMPAGNEMENT  
EN NUTRITION

TRANSFORMATION  
RÉUSSIE

# Les Limites de Compétences

Au cours du deuxième mois d'accompagnement, Monsieur Farniente vous informe que **sa fatigue est dûe à une anémie** (carence en fer).

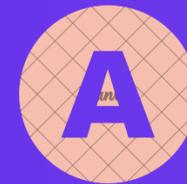
Son **médecin** lui a donné un **traitement** depuis 2 semaines.

# SONDAGE N°1

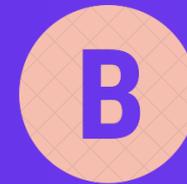


SONDAGE 1

**Quelle est votre approche ?**



Contacter son médecin  
pour travailler en équipe  
pluri-disciplinaire

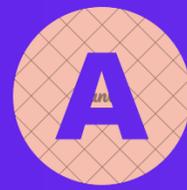


Continuer le suivi sans en parler  
à son médecin



Contacter une diététicienne  
pour adapter son alimentation  
à sa carence

RÉPONSE N°1 :



*SONDAGE 1*

**Quelle est votre approche ?**

Contactez votre médecin  
pour travailler en équipe  
pluri-disciplinaire

Contactez une diététicienne  
pour adapter son  
alimentation à sa carence

# Les Limites de Compétences

## TRAVAILLER – DÉLÉGUER AU SEIN D'UNE EQUIPE PLURI-DISCIPLINAIRE

dans le cas des pathologies, des traitements,  
des TCA et des 5 profils spécifiques.

La santé des personnes que vous accueillez doit toujours rester au cœur de vos préoccupations. Votre lucidité et votre sens de la responsabilité sont les gages de votre éthique personnelle et de vos compétences professionnelles.



# SONDAGE N°2



Quels sont les professionnels de santé  
avec lesquels vous allez  
collaborer  
pour créer votre équipe pluri-  
disciplinaire ?

A vos claviers !

*Quand*

# A vos claviers !



En quoi le métier de Diététicien(ne),  
est-il complémentaire à votre activité ?

# Votre complémentarité avec un(e) Diététicien/ne



**Conseiller  
Pleine-Santé**



Cursus : formation courte et professionnalisante reconnue par un organisme d'État



Accompagnement dans le domaine du bien portant exclusivement.



Travail en équipe pluridisciplinaire si pathologie (maladie), en collaboration avec un(e) diététicien(ne) ou médecin par exemple.



Expert du digital et des partenariats avec les professionnels de la santé et du bien-être.

→ Accompagne et conseille ses clients dans la limite de ses compétences.



**Diététicien(ne)**



Cursus : DUT ou BTS (minimum 2 ans) = Diplôme d'État



Reconnu en tant que professionnel de santé.



Accompagnement dans le domaine du bien portant et du pathologique (maladies).



A un numéro Adeli qui lui permet d'être remboursé(e) par la plupart des mutuelles et parfois par la Sécurité sociale.

→ Accompagne et conseille ses patients dans la limite de ses compétences.



**Nutrithérapeute  
ou nutritionniste**



Terme qualificatif qui ne représente pas une profession.



Terme non réglementé et non protégé, non reconnu par l'état.



Différent de Diététicien(e)-nutritionniste, titre protégé par l'état.

*Quand*

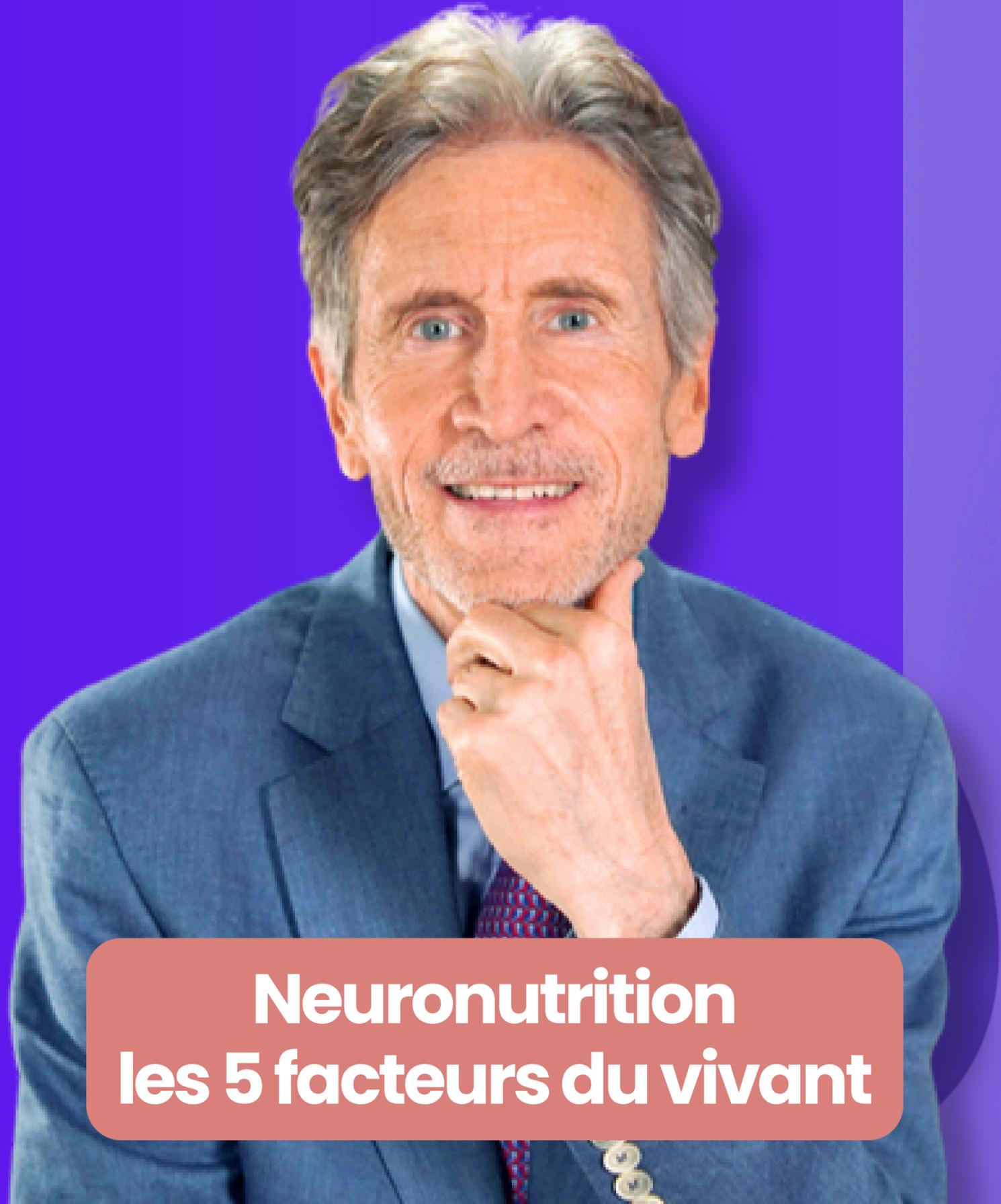
# A vos claviers !



Quel est  
**votre élément différenciant**  
en tant que Conseiller Nutrition Pleine-Santé ?

**TOUT CE QUI EST VIVANT  
ET HUMAIN...**





# TOUT CE QUI EST VIVANT ET HUMAIN...



**Neuronutrition  
les 5 facteurs du vivant**

Dr. Yann Rougier

# La pause 5.3



5.3

ON



**À vos questions !**

Fin de la **pause 5.3** : on reprend !

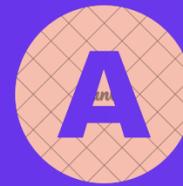


# SONDAGE N°3



SONDAGE 3

**Quelles sont 3 missions du  
Conseiller Nutrition  
Pleine-Santé ?**



Faire vivre une  
**EXPÉRIENCE UNIQUE**

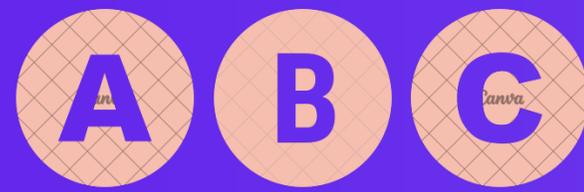


Accompagner vers  
une **TRANSFORMATION**



Guider vers la  
**PLEINE-SANTÉ**

RÉPONSE N°3 :



*SONDAGE 3*

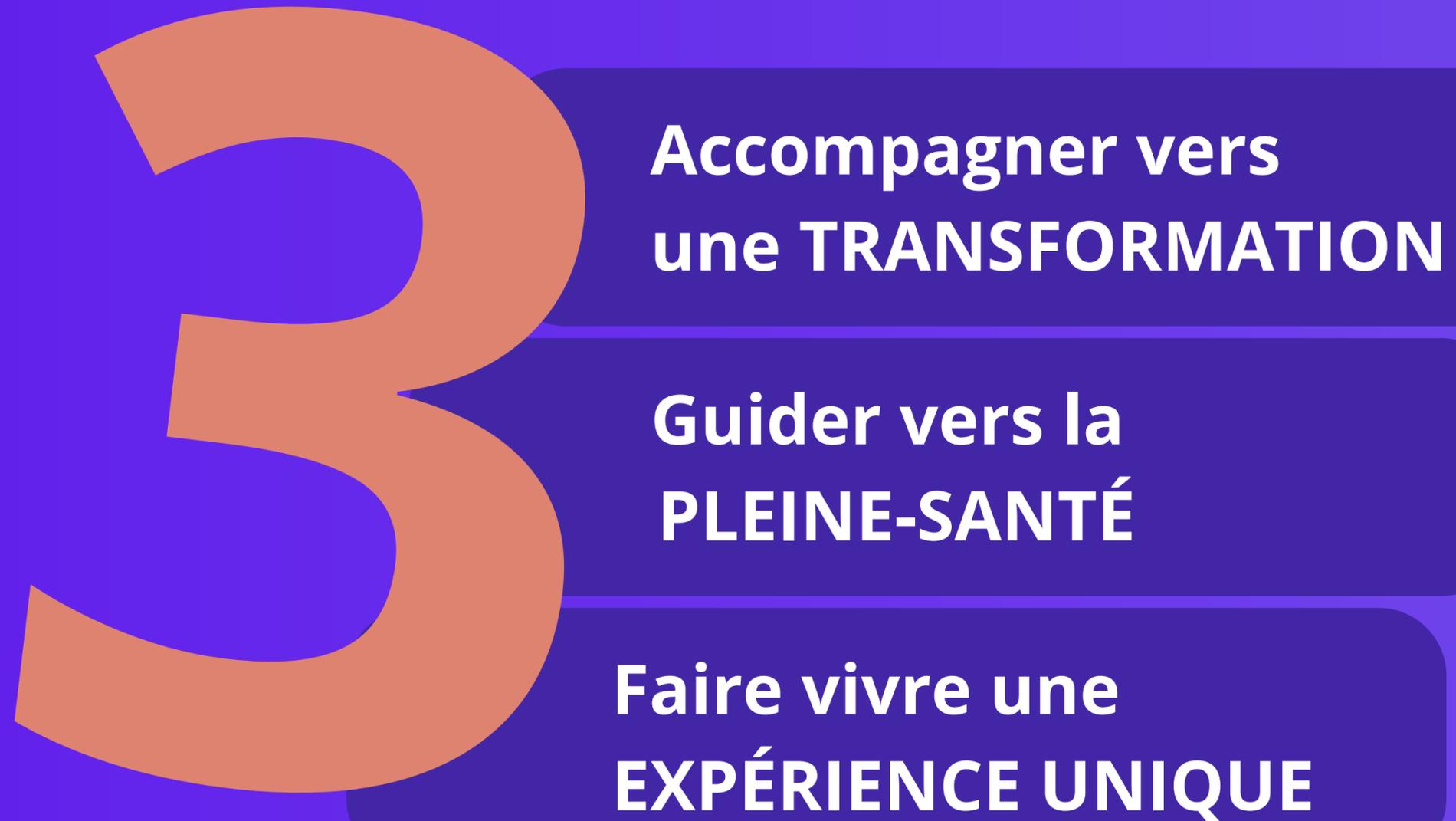
**Quelles sont 3 missions du  
Conseiller Nutrition  
Pleine-Santé ?**

Faire vivre une  
**EXPÉRIENCE UNIQUE**

Accompagner vers  
une **TRANSFORMATION**

Guider vers la  
**PLEINE-SANTÉ**

# Les 3 missions du Conseiller Prévention Nutrition & Gestion du Stress

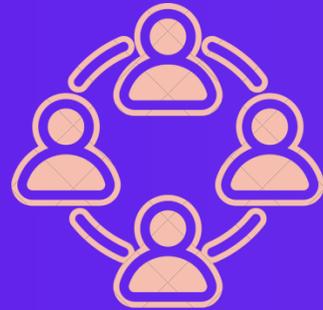
- 
- Accompagner vers  
une TRANSFORMATION**
  - Guider vers la  
PLEINE-SANTÉ**
  - Faire vivre une  
EXPÉRIENCE UNIQUE**

# Missions du Conseiller Nutrition Pleine-Santé

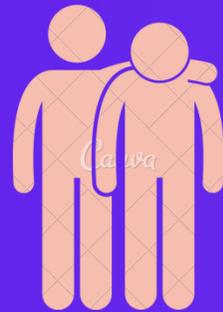


**Fixer des objectifs SMART et #333**

*Spécifique Mesurable Atteignable Réaliste Temporel*



**Suivre les objectifs toutes les semaines**

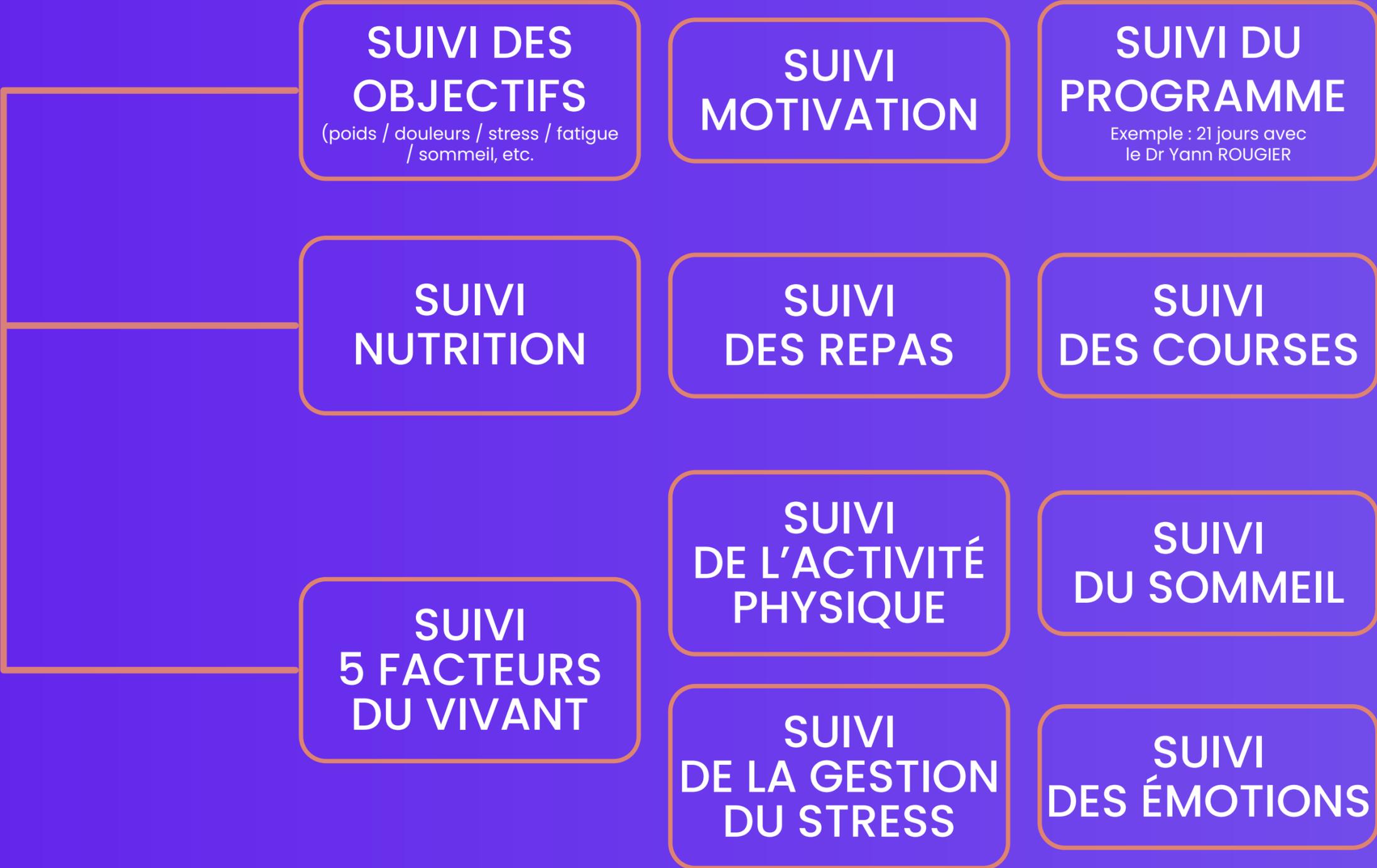


**Encourager tous les jours**

# Accompagnement sur 3 mois

3

MOIS



# Accompagnement sur 3 mois

## Les 3 outils de l'accompagnement et du coaching 24/24

Messagerie instantanée



Visioconférence



Réseaux Sociaux



Notre objectif est de faire vivre à notre client  
une expérience d'accompagnement **100% humaine**  
avec un suivi ultra personnalisé à 3 niveaux.



Disponibilité  
24h / 24



Conversations variées :  
PHOTO / VIDEO / AUDIO



Le groupe de motivation  
(3 personnes)

# AGENDA DU JOUR

**12h45–13h00**

**Briefing**

13h00–13h05

13h05–13H30

13H30–13H40

Introduction / objectif du jour

Utilisation des outils de nutrition / Cas pratique

Vos questions, les réponses de votre Experte Nutrition

**13h40–13h45**

**Débrief en 5 min et Exercice de la semaine**

# Debriefing



# Devoir en groupe

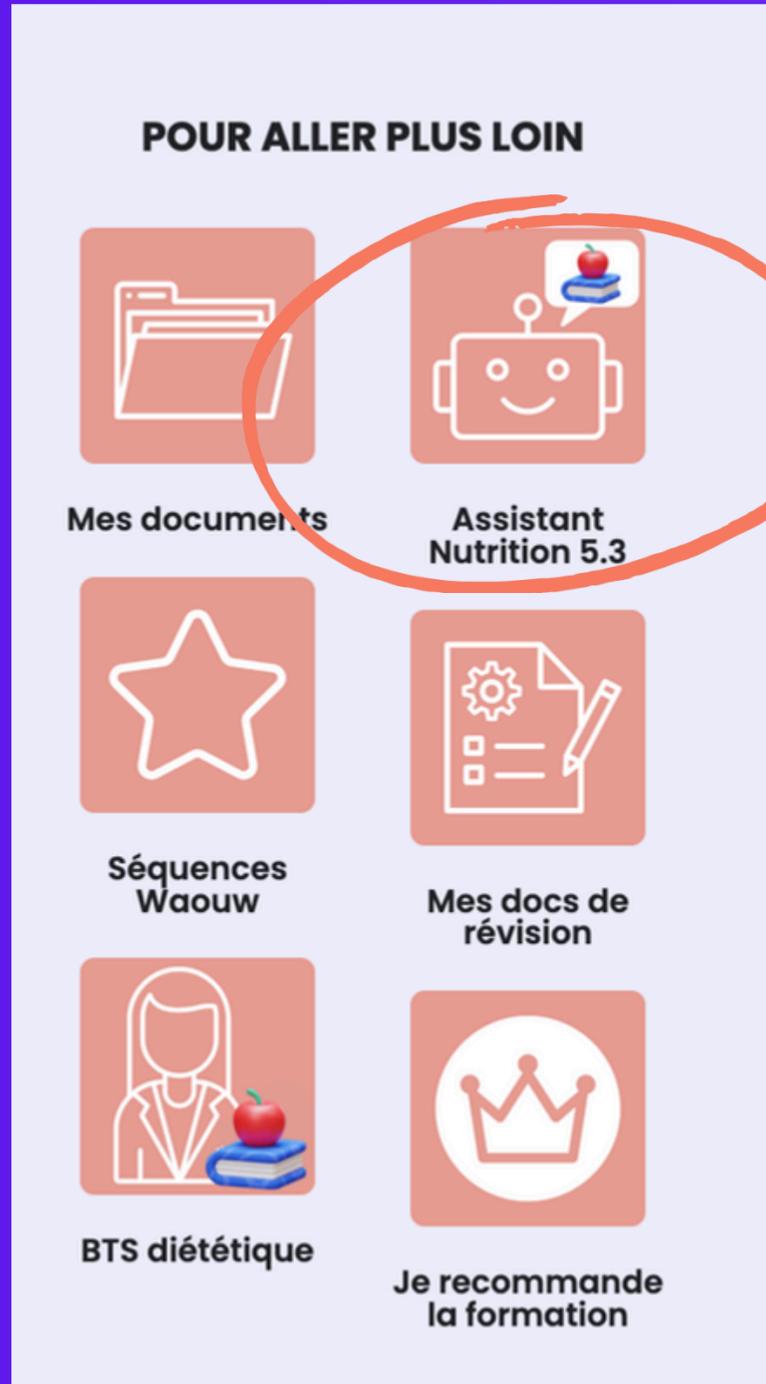


Listez précisément (contacts + coordonnées) les professionnels de santé auxquels vous allez vous présenter pour constituer votre propre équipe Pluri-Disciplinaire.

Puis... commencez à travailler sur votre présentation !

# Utilisez votre assistant IA 5.3

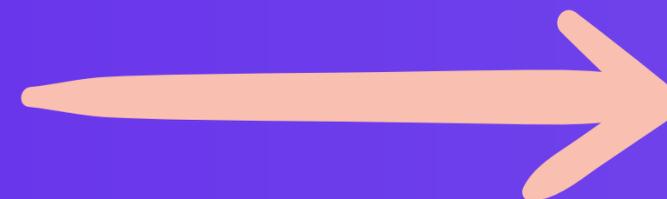
## LE PROMPT À UTILISER ET CHALLENGER :



En tant que Conseiller·e en Nutrition formé.e par l'École 5.3, je développe actuellement mon activité d'accompagnement en Nutrition Pleine-Santé avec les 5 Facteurs du vivant.

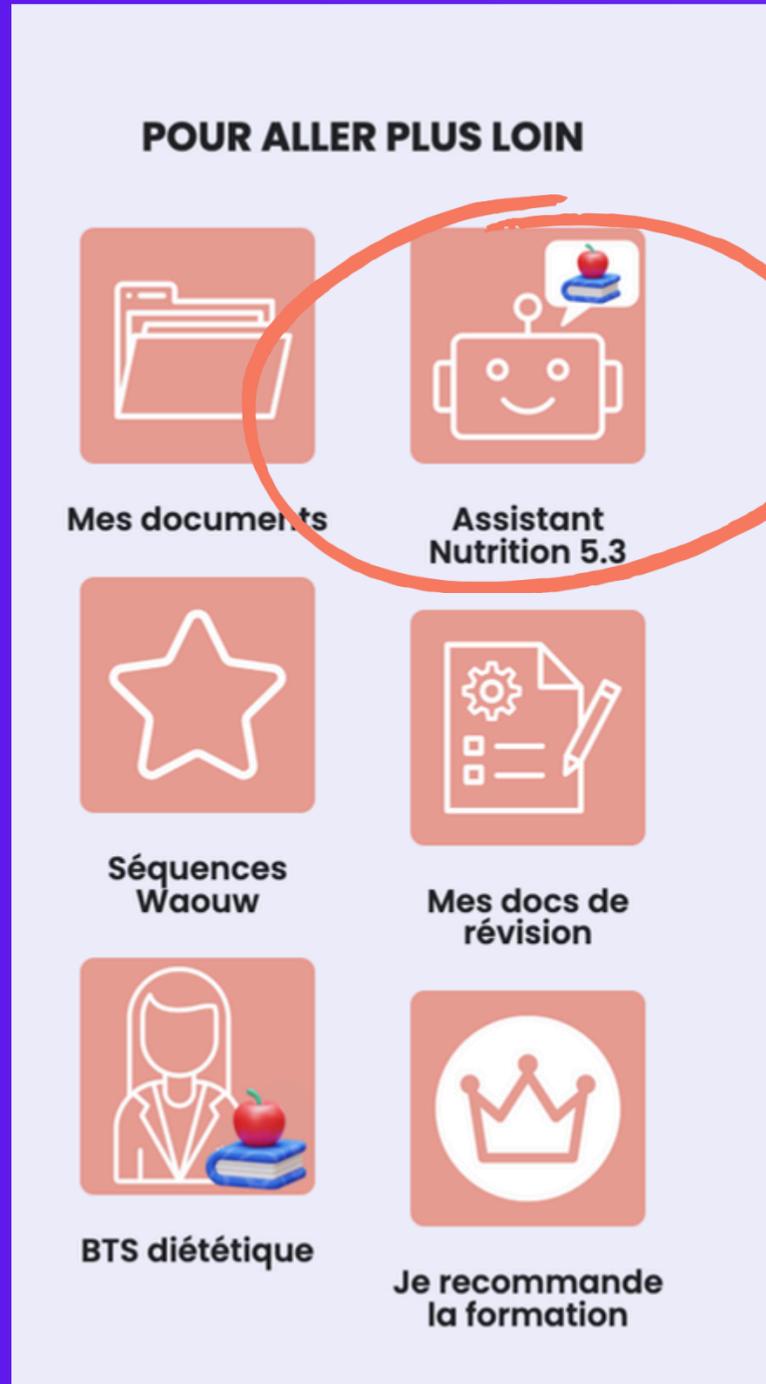
Dans le respect de mes compétences (non médicales), je souhaite créer des partenariats avec des professionnels de santé et de bien-être, dont les clients pourraient bénéficier d'un accompagnement en nutrition, en prévention et en amélioration de leur qualité de vie.

Peux-tu me proposer une liste de professionnels du bien-être et professionnels de santé avec qui collaborer de manière complémentaire, sans sortir de mon domaine de compétences ?



# Utilisez votre assistant IA 5.3

## LE PROMPT À UTILISER ET CHALLENGER :



Peux-tu me proposer un script de présentation professionnelle destiné à créer des partenariats avec des professionnels de santé ou de bien-être, en cohérence avec ma posture de Conseiller·e en Nutrition formé·e à l'École 5.3 (Bloc 1) ?

Ce script doit :

- être court, clair et impactant (1 minute environ) ;
- refléter ma spécificité d'accompagnement via les 5 facteurs du Vivant du Dr Y. Rougier (nutrition, respiration, détox, relaxation, gestion des émotions) ;
- respecter mes limites de compétences (pas de diagnostic ni de conseil lié à des pathologies) ;
- positionner mon rôle dans une démarche de prévention, de rééquilibrage alimentaire et d'amélioration de la qualité de vie, dans le cadre de la Pleine-Santé





**Merci à tous pour votre participation ! 🎉**