

Accademia Istruttori e Operatori Certificati
info: segreteria@aiocitalia.it 3791936313

OPERATORE DI ALIMENTAZIONE OLISTICA



Percorso online certificato
di alta formazione



ALIMENTAZIONE OLISTICA



Uno dei compiti più importanti che l'uomo deve svolgere quotidianamente è quello di nutrirsi. E' un compito molto difficile perché per stare bene, deve saper scegliere quali cibi introdurre per andare a soddisfare tutte le esigenze dell'organismo.

La scienza da anni ha constatato quanto una corretta alimentazione porti innumerevoli benefici per la salute del corpo e della mente.

La corretta alimentazione è la prima arma per combattere tutti i disequilibri e ritrovare benessere ed energia.

“Fa che il cibo sia la tua medicina e la medicina sia il tuo cibo.”

IPPOCRATE

GLI OBIETTIVI

L'obiettivo di questo corso è quello di formare dei professionisti competenti in grado innanzitutto di saper leggere le etichette alimentari e di capire in modo approfondito che cosa contengono gli alimenti. Esperti che sappiano riconoscere l'influenza che il cibo possa avere nei vari disturbi e quindi in grado di consigliare quali alimenti si addicono di più a quel preciso individuo con le sue determinate caratteristiche.

Il corso si propone di fornire tutti gli strumenti e le competenze per praticare la professione di Operatore in Alimentazione Olistica, ovvero di un professionista riconosciuto in grado di accompagnare l'individuo nel percorso di riequilibrio bio-energetico attraverso l'alimentazione. Questo corso è rivolto sia a tutte quelle persone che vogliono intraprendere la professione dell'Operatore in Alimentazione Olistica, che a quelle che intendono acquisire degli strumenti per facilitare i propri processi di riequilibrio e benessere.

LE CARATTERISTICHE

- Il corso dura 250 ore di studio e si svolge completamente online. Il corso è composto da video lezioni accessibili 24 ore su 24 e da tutto il materiale didattico in digitale da scaricare.
- Al termine del corso si dovranno sostenere delle prove d'esame da svolgere online.
- Il corso è riconosciuto da IICT (International Institute for Complementary Therapist) e fornisce un riconoscimento ufficiale che permette di praticare come Operatore Certificato riconosciuto a livello internazionale.
- Siamo PROVIDER ECP (Educazione Continua Professionale) riconosciuti da Holistica CEPRAO, Associazione di Categoria Professionale, che ne garantisce la qualità e la validità su tutto il territorio nazionale. Il corso permette di ottenere 37,5 crediti formativi ECP per il mantenimento dell'abilitazione degli operatori in campo olistico e del Benessere.
- Il corso rilascia un attestato di partecipazione valido anche all'estero, grazie al riconoscimento dato da un ente internazionale che garantisce la qualità e la professionalità della formazione.
- Il compito dell'Associazione di Categoria è quello di garantire alti standard qualitativi e di qualificazione professionale all'utenza. Per questo motivo abbiamo deciso di far riconoscere i nostri corsi: non solo per garantire ai nostri studenti una formazione seria e professionalizzante, ma per dar modo a loro di presentarsi ai propri clienti con le migliori competenze riconosciute.

GLI ARGOMENTI

ALIMENTAZIONE OLISTICA

- Il ruolo biologico, culturale e sociale degli alimenti
- Le abitudini alimentari – buone e cattive abitudini
- Fame o appetito?
- La classificazione dei nutrienti
- Le vitamine
- I minerali
- Cibo e vitalità
- Alimentazione e crisi di guarigione
- Scuole di pensiero tradizionali e moderne: teorie nutrizionali a confronto
- I test alimentari – allergia alimentare e intolleranza alimentare
- Fattori importanti per una corretta scelta alimentare
- Alimenti e riequilibrio della salute
- Rimedi alimentari nella tradizione occidentale
- Il digiuno
- Cibo integrale o raffinato?
- La coltivazione degli alimenti: biologica o industriale?
- Conservazione e trasformazione degli alimenti
- Gli additivi alimentari.
- Fare una spesa consapevole
- Alimenti pro-ossidanti e anti-ossidanti – I radicali liberi
- Cibi pro-infiammatori e anti-infiammatori
- Stile di vita e sindrome metabolica
- Punti fondamentali per una sana alimentazione
- Gli enzimi digestivi e la nutrizione enzimatica
- Macrobiotica
- Alimentazione dissociata
- Controlla il tuo peso e mantieniti in forma – L'IMC
- Alimentazione e indice glicemico
- Detox

NATUROPATIA ALIMENTARE OLISTICA

- Chi è il dietista, nutrizionista e naturopata
- Perché l'alimentazione è importante
- Che cos'è la Naturopatia Alimentare
- I mattoni dell'alimentazione
- Il metabolismo e il calcolo delle calorie
- Trattamenti di alcune problematiche psicofisiche
- Integrazione di supporto per i principali disturbi alimentari
- Alimenti e bevande per favorire la spiritualità
- Nutrirsi nel piacere (cibi afrodisiaci, eccetera)
- Ricette antiche e moderne ("avanzi")
- La tradizione divina del cioccolato
- Cosmesi casalinga con alimenti
- Elaborazione di un percorso alimentare
- Miti Alimentari
- Il ruolo della Naturopatia Alimentare
- Alimentazione e malattie croniche
- Componenti di una dieta equilibrata
- Alimentazione sportiva
- L'alimentazione nelle diverse fasi della vita
- Allergie e intolleranze

ETICHETTE

- Introduzione alla lettura delle etichette alimentari
- Panoramica sui principali ingredienti
- Etichettatura dei principali prodotti agroalimentari
- Etichettatura alimentare: prodotti DOP, IGP e STG

IL TEST ONLINE

L'esame finale per ottenere la certificazione di Istruttore Certificato si sviluppa in:

TEST INFORMATIZZATO A SCELTA MULTIPLA

Consiste in un questionario con domande a risposta multipla, da svolgere sulla nostra piattaforma online. L'accesso al test è univoco e avrai a disposizione un tempo limitato.

RICONOSCIMENTI

- Grazie ai riconoscimenti ottenuti e in ottemperanza alla Legge n.4 del 2013, è possibile esercitare legalmente la Professione di Operatore in Alimentazione Naturale Olistica.
- Alla fine del percorso formativo riceverai un attestato riconosciuto. Il documento viene infatti rilasciato da un ente esterno alla scuola ed al corpo docenti che ha contribuito alla tua formazione. Questo ne garantisce **AUTENTICITÀ** e **AFFIDABILITÀ**.
- Grazie ai nostri Riconoscimenti, con l'approvazione della Legge n.4/2013 tutti i professionisti senza Ordine, Albo o Collegio professionale hanno l'obbligo di aggiornarsi seguendo la logica europea del Life Long Learning ovvero della formazione continua. Attualmente l'ECP (Educazione Continua Professionale) è valida per i professionisti afferenti all'ambito pedagogico, educativo, della relazione di aiuto non terapeutica (counseling, coaching), per gli operatori olistici, gli operatori del benessere psicofisico tramite il massaggio bionaturale, per gli insegnanti yoga, per i professionisti delle arti terapie, i naturopati, ecc. iscritti ad Associazioni di categoria che rispettano il dettato normativo della Legge 4/2013.