

Neem ook eens een kijkje op:



Over de impact van voeding en levensstijl



Een tweejarige praktisch toepasbare orthomoleculaire opleiding die antwoorden biedt op vragen zoals:

- Wat is er nodig voor een goede spijsvertering?
- Uit welke voeding halen we de meeste energie?
- Welke impact heeft het microbioom op ons brein?
- Hoe ontstaan insuline - en leptineresistentie?

Je leert op een interactieve en praktische manier de nodige wetenschappelijke kennis en inzichten te verwerven op nutritioneel vlak.



Deelt Kennis met Passie



Ir. Angélique De Beule

Directrice en hoofddocent BIOK
Industrieel ingenieur biochemie

Inhoud

- Module 1: Ortho-Biochemische basiscursus* vanaf 04/02/2022
- Module 2: Voedingskeuze vanaf 27/09/2022
- Module 3: Orthopreventie vanaf 15/11/2022
- Module 4: Voedingssuppletie vanaf 28/02/2023
- Module 5: Van grond tot mond vanaf 02/05/2023
- Module 6: Microbioom evenwicht vanaf 26/09/2023
- Module 7: Endocrien evenwicht vanaf 14/11/2023
- Module 8: Lichaamsschoonheid vanaf 03/03/2022

Tijdstip:

Dag: Di. 10:00 - 13:00

*telkens Vr./Za. van 9:00 - 17:00

Locatie:

Vida Verde Atelier
Achterheide 30
3980 Tessenderlo



Inschrijven verplicht:

www.biok.center
opleiding@biok.center
0032 (0)13/29 29 42

Prijs:

*€750 module 1 (5 dagen)
€1245 M2-M8 (35 lessen)
of €195/module (5 lessen)

Module 1 - Ortho-Biochemische basiscursus - dagopleiding 2022*

- 04/02/2022 Anorganische en organische chemie
- 05/02/2022 (Bio)chemische evenwichtsreactie in het lichaam
- 18/02/2022 Cytologie en celmetabolisme
- 19/02/2022 Krebscyclus en mitochondriale energie
- 26/02/2022 Nutri-epigenetica en microbiom



Module 2 - Voedingskeuzes - dagopleiding 2022

- 27/09/2022 Deel 1. Welke suiker is goed?
- 04/10/2022 Deel 2. Minder vet, meer essentiële vetten
- 11/10/2022 Deel 3. Eiwitten, onontbeerlijk voor een goede gezondheid
- 18/10/2022 Deel 4. De juiste voedselcombinaties (Dr. Shelton, Hay en BIOK)
- 25/10/2022 Deel 5. Zure en basische voeding

Module 3 - Orthomoleculaire preventie - dagopleiding 2022

- 15/11/2022 Deel 1. Langer jong, korter oud: de vrije radicalen pathologie
- 22/11/2022 Deel 2. Hoe kan het lichaam de toxische last verwerken?
- 29/11/2022 Deel 3. Darmen, hoe evenwichtig eten wij?
- 08/12/2022 Deel 4. Voedingsdeficiënties herkennen aan lichaamssymptomen
- 13/12/2022 Deel 5. Interactieve voedingsworkshop

Module 4 - Voedingssuppletie - dagopleiding 2023

- 28/02/2023 Deel 1: Een gezonde vitaminen/mineralen balans
- 07/03/2023 Deel 2: Enzymen en hun cofactoren
- 14/03/2023 Deel 3: Hormonenbalans in evenwicht
- 21/03/2023 Deel 4: Etikettering en toxiciteit van een voedingssupplement
- 28/03/2023 Deel 5: Interactieve voedingssuppletie workshop

Module 5 - Van grond tot mond - dagopleiding 2023

- 02/05/2023 Deel 1: Voedingsadditieven (E-nummers)
- 09/05/2023 Deel 2: Etikettering van voedingsmiddelen
- 16/05/2023 Deel 3: Gezonde dranken
- 23/05/2023 Deel 4: Interactieve voedingsworkshop
- 30/05/2023 Deel 5: Orthomoleculaire voeding en hoe integreren

Module 6 - Microbioom evenwicht - dagopleiding 2023

- 26/09/2023 Deel 1: Optimaliseren van onze spijsvertering
- 03/10/2023 Deel 2: Candida albicans infecties en SIBO
- 10/10/2023 Deel 3: Chronische darmaandoeningen
- 17/10/2023 Deel 4: Voedselallergie- en intoleranties
- 24/10/2023 Deel 5: Workshop: gezonde darmen en spijsvertering

Module 7 - Endocrien evenwicht - dagopleiding 2023

- 14/11/2023 Deel 1: Lymfe en immuniteit
- 21/11/2023 Deel 2: Pancreas en hypoglycemie
- 28/11/2023 Deel 3: Schildklier en vertraagd metabolisme
- 05/12/2023 Deel 4: Bijnieren en stress
- 12/12/2023 Deel 5: Oestrogeendominantie en vruchtbaarheid



Module 8 - Lichaamsschoonheid - dagopleiding 2022

- 01/03/2022 Deel 1: Huid: voeden vanbinnen uit
- 08/03/2022 Deel 2: Huidproblemen: allergie, cellulitis, oedeem, spataders enz.
- 15/03/2022 Deel 3: Wondgenezing: abcessen, zweren, enz.
- 22/03/2022 Deel 4: Haarproblemen: uitval, dunner wordend haar, enz.
- 29/03/2022 Deel 5: Osteoporose