

Neem ook eens een kijkje op:



Over de impact van voeding en levensstijl



Opleiding
Orthomoleculaire Voedingscoach



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 BLOK
Industrieel ingenieur biochemie

Inhoud

- Module 1: Ortho-Biochemische basiscursus* vanaf 27/01/2023
- Module 2: Voedingskeuze vanaf 24/09/2024
- Module 3: Orthopreventie vanaf 12/11/2024
- 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 27/02/2024

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)
€1395 M2-M8 (35 lessen)
of €215/module (5 lessen)

Module 1 - Ortho-Biochemische basiscursus - dagopleiding 2023*

27/01/2023	Anorganische en organische chemie
28/01/2023	(Bio)chemische evenwichtsreactie in het lichaam
10/02/2023	Cytologie en celmetabolisme
11/02/2023	Krebscyclus en mitochondriale energie
18/02/2023	Nutri-epigenetica en microbiom



Module 2 - Voedingskeuzes - dagopleiding 2022

24/09/2024	Deel 1. Welke suiker is goed?
01/10/2024	Deel 2. Minder vet, meer essentiële vetten
08/10/2024	Deel 3. Eiwitten, onontbeerlijk voor een goede gezondheid
15/10/2024	Deel 4. De juiste voedselcombinaties (Dr. Shelton, Hay en BLOK)
22/10/2024	Deel 5. Zure en basische voeding

Module 3 - Orthomoleculaire preventie - dagopleiding 2022

12/11/2024	Deel 1. Langer jong, korter oud: de vrije radicalen pathologie
19/11/2024	Deel 2. Hoe kan het lichaam de toxische last verwerken?
26/11/2024	Deel 3. Darmen, hoe evenwichtig eten wij?
03/12/2024	Deel 4. Voedingsdeficiënties herkennen aan lichaamssymptomen
10/12/2024	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

09/05/2023	Deel 1: Voedingsadditieven (E-nummers)
16/05/2023	Deel 2: Etikettering van voedingsmiddelen
23/05/2023	Deel 3: Gezonde dranken
30/05/2023	Deel 4: Interactieve voedingsworkshop
06/06/2023	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 2024

27/02/2024	Deel 1: Huid: voeden vanbinnen uit
05/03/2024	Deel 2: Huidproblemen: allergie, cellulitis, oedeem, spataders enz.
12/03/2024	Deel 3: Wondgenezing: abcessen, zweren, enz.
19/03/2024	Deel 4: Haarproblemen: uitval, dunner wordend haar, enz.
26/03/2024	Deel 5: Osteoporose