



Teresa Bagni, Simona Mezzera, Valerio Selva

Mappa Mundi

Operatore Olistico specializzato in
Alimentazione Naturale secondo la teoria dei 4 Elementi

Iscrizione finale ai registri nazionali Fedolistica

PerCorsi BioSalute



Formazione annuale per Operatore Olistico
presso Ente Formativo
ALARO affiliato FEDPRO
con nr. EF-024



Professione esercitata
ai sensi della legge 4/2013

Formazione in Presenza a Firenze da settembre 2023

Mappa Mundi - Corso di formazione annuale per Operatore Olistico con specializzazione in Alimentazione Naturale secondo la teoria dei 4 Elementi

con iscrizione finale ai registri Fedolistica come Operatore Olistico

Professione esercitata ai sensi della legge 4/2013

Cibo tra energia e materia

Il cibo è un argomento quotidiano, ma si considera solo marginalmente quale sia il suo contributo per il nostro equilibrio e per quello del mondo che ci circonda.

La nostra cultura considera l'alimento e l'essere umano da un punto di vista materiale e organico, come se fosse un mero meccanismo. Consideriamo infatti le forme viventi divise in parti sempre più piccole, il più delle volte perdendone di vista la complessità ed anche il disegno e l'intelligenza che le governa. Nello stesso modo facciamo con gli alimenti di cui conosciamo la composizione più intima, ma dei quali siamo incapaci di valutare l'incommensurabile, gli aspetti energetici, le sottigliezze.

Ogni cibo ha però una propria energia vitale che si manifesta nella sua natura, nella forma, nel colore, nel sapore ed in altre caratteristiche specifiche, ed è collegata al luogo e al modo in cui è stato coltivato. E' questa parte invisibile che va a nutrire la nostra parte più profonda e vitale che sottende al modo di essere nel mondo, di relazionarsi con gli altri e con noi stessi.

Partendo proprio da questa visione vitalista dell'uomo andiamo a rileggere l'anatomia e la fisiologia del nostro organismo e quella dei vari alimenti. Stabilendo tra essi nuove e meravigliose relazioni.

STRUTTURA DEL CORSO

A chi è rivolto

Il corso è rivolto a tutti coloro che amano la cucina naturale ed hanno a cuore il benessere dell'uomo e del Pianeta Terra. Il corso è aperto a tutti, anche a chi non ha alcuna formazione.

Per chi svolge già una professione sia in ambito sanitario che nell'ambito della legge 4/2013 e che desidera approfondire la visione energetica e vitalista della alimentazione (medici, infermieri, ostetriche, nutrizionisti, operatori sanitari in genere, operatori olistici, counselor e naturopati) offre la possibilità di specializzarsi in questo ambito.

Obiettivi

Il corso ha l'obiettivo di formare operatori capaci di:

- accompagnare il cliente nel cambiamento delle abitudini alimentari, fornendo consapevolezza, indicazioni sugli alimenti utilizzabili e ricette adatte alla transizione
- organizzare lezioni di cucina individuali o di gruppo, per l'introduzione alla alimentazione naturale e alla preparazione degli alimenti di base
- rilevare il temperamento individuale del cliente e fornire indicazioni alimentari utili al suo riequilibrio e al potenziamento delle risorse
- accompagnare le persone nel miglioramento del loro stile di vita e nella evoluzione personale attraverso un approfondimento del loro rapporto con l'alimentazione
- lavorare sulla propria relazione con il cibo ed evolvere grazie a questo strumento, in modo da essere modello del cambiamento per i propri clienti
- coadiuvare il lavoro degli operatori sanitari in caso di patologie o diete specifiche per determinate condizioni di salute, fornendo assistenza, sia nella riorganizzazione della cucina e della dispensa che nella creazione del menù con ricette adeguate alla situazione

Il corso fornisce inoltre

- una formazione specifica di deontologia professionale per operatore olistico
- la possibilità di iscriversi previo benestare della commissione didattica ed esame con il commissario nominato dalla associazione di categoria, nei registri per operatore olistico FEDOLISTICA, come riconoscimento del valore della formazione svolta [per svolgere l'esame è richiesto un contributo aggiuntivo di 100 euro + iva]

Strumenti didattici

- lezioni frontali e laboratori in presenza per un monte ore totale di 152 ore
- materiale didattico e indicazioni di studio
- lezioni online a cadenza mensile durante il percorso formativo
- supervisione dei casi trattati durante il percorso formativo e nei 6 mesi successivi
- supporto e sostegno nel percorso di cambiamento durante il percorso formativo (tutoraggio individuale)

Monte ore complessivo del corso: 250

1. Totale ore in presenza: 152 verificate da registro di classe
2. Totale ore dedicate allo studio individuale verificato con relazione sui libri letti e sulle dispense fornite e alla preparazione dell'elaborato finale: 50 ore
3. Totale ore di tirocinio verificato con schede cliente: 28 ore (10 -12 casi)
4. Totale ore online: 20 ore

Durata e frequenza

Il corso si svolge in 10 week end a partire da settembre 2023 fino a giugno 2024. La sede dei corsi è Associazione Percorsi, viale dei Mille 90, Firenze. La frequenza è obbligatoria. Sono consentite assenze per totale 8 moduli (due giornate), che dovranno comunque essere recuperate tramite le registrazioni audio/video.

Contributi richiesti

Le nostre attività formative sono rivolte ai soci. La quota associativa annuale costa 20 euro ed è comprensiva di assicurazione. Per chi si iscrive entro il 30 giugno 2023 è previsto un contributo agevolato di 1800 euro suddivisi in 3 rate da versarsi a giugno/settembre/novembre 2023. Chi invece si iscrive dopo il 30 giugno verserà il contributo di 2000 euro, sempre suddiviso in 3 rate da versarsi a settembre/ottobre e novembre.

docenti:

Simona Mezzera, medico omeopata;

Valerio Selva, medico omeopata;

Teresa Bagni, operatore olistico supervisor e trainer;

Iscritto Fedolistica nr. OL-183S. Professionista disciplinato ai sensi della legge 4/2013

Andrea Marini, naturopata supervisor e trainer, tecnico erborista.

Iscritto Naturfed al Nr. Na-001S Professionista Disciplinato ai sensi della legge 4/2013

Direttore didattico: Teresa Bagni

Ente di Formazione ALARO iscritto ai registri FEDPRO nr 024

info ed iscrizioni: 3299359037 – info@aloro.it – www.aloro.it

DATA	SABATO	DOMENICA
30 SETTEMBRE E 1 OTTOBRE Cibo tra energia e materia	Lezione teorica Conoscenze di base secondo parametri quantitativi (proteine, grassi, zuccheri, vitamine e oligoelementi) Concetti introduttivi all'alimentazione energetica	Laboratorio Utensili, pentole, ingredienti, tutto quello che ci serve per iniziare La dieta di transizione - Il riso integrale ed il gomasio - La cottura a pressione - L'alchimia in cucina: tempo, spazio, cura, attenzione, bellezza. Elementi essenziali per creare uno spazio di lavoro armonico necessario nel percorso trasformativo. Il proprio rapporto con la cucina e con il cibo.
28 E 29 OTTOBRE Mappa Mundi e i 4 Elementi	Lezione teorica La visione orientale sull'ordine dell'Universo, lo Yin e lo Yang e i 5 Elementi Mappa Mundi e i 4 Elementi - Introduzione allo studio dei cereali	Laboratorio: La cottura e l'equilibrio nel quotidiano - Cotture lunghe e uso del fuoco I condimenti e loro preparazione --- Attraverso i sensi: L'ascolto di sé e del proprio sentire viscerale, ascolto degli alimenti durante la masticazione, relazione con il cibo, attivazione dei sensi, le resistenze al cambiamento, l'ascolto delle opposizioni. Lavoro su desideri ed avversioni alimentari.
18 E 19 NOVEMBRE I Temperamenti e l'Elemento Aria	Lezione teorica I Temperamenti Aria e apparato respiratorio (anatomia e fisiologia) Introduzione allo studio delle verdure a foglia	Laboratorio L'alimentazione invernale - La classificazione degli alimenti La zuppa di miso - Sperimentiamo il Temperamento Linfatico attraverso la pittura
3 E 4 DICEMBRE L'Elemento Acqua	Lezione teorica L'Acqua e l'apparato urinario (anatomia e fisiologia) I condimenti salati - Le verdure di acqua: le alghe	Laboratorio L'alimentazione primaverile Vari modi di cucinare le Alghe - Sperimentiamo il Temperamento Sanguigno attraverso la pittura

<p>13 E 14 GENNAIO L'Elemento Fuoco</p>	<p>Lezione teorica Il Fuoco e l'apparato cardiocircolatorio (anatomia e fisiologia) Gli zuccheri e il loro metabolismo Le verdure dolci</p>	<p>Laboratorio L'alimentazione estiva Come sostituire lo zucchero I dolci e le colazioni - Sperimentiamo il Temperamento Collerico attraverso la pittura</p>
<p>10 E 11 FEBBRAIO L'Elemento Terra</p>	<p>Lezione teorica La Terra e l'apparato gastroenterico (anatomia e fisiologia) Le verdure di terra I tagli delle verdure</p>	<p>Laboratorio La cucina autunnale I fermentati - Durante la mattinata preparazione delle verdure fermentate - Sperimentiamo il Temperamento Malinconico attraverso la pittura</p>
<p>9 E 10 MARZO La consulenza alimentare</p>	<p>Lezione teorica Colloquio, analisi e creazione del menù adatto Prevenzione delle malattie considerando il temperamento e la costituzione individuale</p>	<p>Laboratorio Pianificazione del menù e combinazioni alimentari Mangiare fuori casa - La cucina creativa - L'osservatore, il non giudizio nella relazione d'aiuto. L'ascolto.</p>
<p>6 E 7 APRILE Rimedi casalinghi per l'apparato respiratorio e urinario</p>	<p>Lezione teorica I principali squilibri dell'apparato respiratorio e rimedi casalinghi I principali squilibri dell'apparato urinario e rimedi casalinghi</p>	<p>Laboratorio: Pronto soccorso naturale Preparazione dei rimedi trattati durante il giorno precedente - Le erbe aromatiche</p>
<p>4 E 5 MAGGIO Rimedi casalinghi per l'apparato cardio-circolatorio e digerente</p>	<p>Lezione teorica I principali squilibri dell'apparato cardio-circolatorio e rimedi casalinghi I principali squilibri dell'apparato digerente e rimedi casalinghi</p>	<p>Laboratorio Preparazione dei rimedi trattati il giorno precedente - Gli oli essenziali in cucina</p>
<p>8 E 9 GIUGNO Deontologia ed esame finale</p>	<p>Lezione teorica: deontologia professionale (Andrea Marini)</p>	<p>Esame finale</p>