Biographie

Née en Mayenne, confrontée très jeune à un problème de santé, j’ai eu une prise de conscience très jeune que l’alimentation était une clé essentielle de notre santé. C’est pour cela que j’ai fait un DUT diététique à Tours et dont j’ai été diplômée en 1999.

Téléconseillère dans un service consommateurs (Nestlé Water, Canderel) jusqu’à 2007, j’ai appris à mieux communiquer et déjà à conseiller au mieux.

Depuis 2007, je suis Chargée de prévention surpoids-obésité au Centre Hospitalier de Dreux où je réalise des animations auprès de différents publics, des consultations auprès des enfants et adolescents et la coordination de différents projets tels que la semaine du goût.

Depuis 2013, je développe mon activité d’auto-entrepreneur en parallèle en tant que diététicienne-magnétiseuse. Je fais partie de l’association Univers Santé où nous faisons différentes animations et je fais partie du groupe de travail Alternatiba où nous participons à différentes manifestations pour la santé de la terre et de l’humain.

Depuis l’âge de 16 ans, je travaille sur moi pour toujours être en accord avec moi, prendre soin de ma santé, j’ai suivi des thérapies différentes (PNL, thérapie primale, libération émotionnelle) et je continue à travailler sur moi pour toujours être au plus juste de ce que je ressens et pour mieux accompagner les personnes vers leur propre chemin.

Formation :

DUT génie biologique, option diététique, IUT Tours, septembre 1999

Le goût

Compétences psycho-sociales des enfants

Régimes est estime de soi

Entretien motivationnel

Magnétisme et libération émotionnelle depuis 2013

Thématiques abordées : alimentation, activité physique

Mes formations