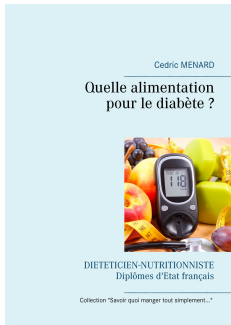


CLIPPINGSTAR.COM Ebook and Manual Reference

QUELLE ALIMENTATION POUR LE DIABÈTE EBOOKS 2019



Author: Cédric Menard

Realese Date: Expected @@expectedReleaseDate@@

Comment se présente cet ouvrage ?

1- Nous commencerons par une enquête alimentaire.

1- Nous commencerons par une enquête alimentaire.

u003cbr/u003e

Cette enquête alimentaire sous forme de questionnaires, sera partagée en trois tableaux à points : le premier concernera votre petit-déjeuner, le deuxième votre déjeuner, le dernier vous interrogera sur votre dîner. Bien entendu, celle-ci est spécifiquement étudiée, afin de me permettre de vous fournir un avis critique et constructif sur vos habitudes alimentaires en rapport avec votre diabète pancréatique.

u003cbr/u003e

En fonction des points obtenus au sein de chaque repas, je vous proposerai un avis nutritionnel constructif et critique, en relation avec vos habitudes alimentaires actuelles.

u003cbr/u003e

Notre premier travail aura donc pour but de vous permettre de prendre conscience de vos erreurs alimentaires, suivi d'une correction de celles-ci.

u003cbr/u003e

2- Je vous présenterai chaque famille alimentaire.

u003cbr/u003e

Il s'agira de vous familiariser avec toutes les familles alimentaires, de vous permettre de bien appréhender l'importance de chacune d'elles, afin de mieux gérer sur le plan nutritionnel votre diabète pancréatique.

u003cbr/u003e

De nombreux conseils hygiéno-diététiques vous seront proposés, vous aidant ensuite à faire les meilleurs choix.

u003cbr/u003e

3- Place à la pratique !

u003cbr/u003e

Ce troisième chapitre concernera la diététique pure.

u003cbr/u003e

En effet, dans la première partie de ce chapitre, je vous proposerai l'élaboration de plusieurs journées de menus très détaillés concernant vos petits-déjeuners, déjeuners et dîners. Cette partie ayant pour but l'apprentissage de vos nouvelles habitudes alimentaires, adaptées à votre diabète pancréatique.

u003cbr/u003e

u003cbr/u003e

Un programme d'amaigrissement personnalisé vous y sera également proposé.

u003cbr/u003e

Dans la deuxième partie, je vous proposerai quinze jours de menus adaptées à votre diabète, venant illustrer et clore votre apprentissage nutritionnel.

u003cbr/u003e

4- Les bilans diététiques hebdomadaires.

u003cbr/u003e

A la fin de chaque semaine, je vous proposerai une nouvelle enquête alimentaire à points.

u003cbr/u003e

En fonction des points hebdomadaires obtenus, une synthèse critique et constructive vous sera alors soumise : elle sera mauvaise, moyenne, bonne ou elle sera excellente.

