



Cécile Lagouche
122 Grande rue de Saint Clair
69300 CALUIRE

Tel : 06 19 83 99 23
diet.cecile.lagouche@gmail.com

Ingénieur en Nutrition, Diététicienne



Formation initiale et continue

En cours	Formation aux entretiens en thérapie Stratégique et systémique formée par Michael et Denis Félus, GEF-STS Formations, Gleizé	18 jours
	Psychotraumatologie – niv 2 formée par Angélique Gimenez, ANVISAGE, Trans en Provence	6 jours
2022	DIU Médecine et santé de l'adolescent Formée par les universités de médecine de Aix-Marseille, Amiens, Anger, Nantes, Poitiers, Rouen, Tours et Paris V Rédaction d'un mémoire : « Comment faciliter et coordonner efficacement le soin pluridisciplinaire ambulatoire des adolescents souffrant de TCA sur la Métropole de Lyon » et passage jury le 17/06/2022	20 jours
	Bases de la Psychopathologie formée par Angélique Gimenez, ANVISAGE, Trans en Provence	4 jours
2021	Soin des TCA Niveau 2 : approfondir ses connaissances théoriques et pratiques formée par Angélique Gimenez, ANVISAGE, Trans en Provence	6 jours
2020	Formation de formateur formée par Angélique Gimenez, ANVISAGE, Trans en Provence	30 jours
2019	Psychopathologie de l'adolescent formée par Agnès Tessier, Ecole de PNL Humaniste, Paris	10 jours
	PNL Avancée : PNL et Neurobiologie formée par Angélique Gimenez, Ecole de PNL Humaniste Paris	3 jours
2018	DIU Approche Intégrative des TCA formée par les Universités de médecine de Grenoble, Lyon, St Etienne et Clermont-Ferrand Rédaction d'un mémoire : « Intérêt de la Programmation Neuro-Linguistique dans la prise en charge diététique thérapeutique des patients souffrant de Troubles des Conduites Alimentaires » et passage jury le 18/09/2018	12 jours
	Savoir-être, savoir-dire et savoir-faire dans les TCA – niv 1 formée par Angélique Gimenez, ANVISAGE, Trans en Provence	6 jours
	Psychotraumatologie – niv 1 formée par Angélique Gimenez, ANVISAGE, Trans en Provence	6 jours
2017	Maitre-Praticienne PNL Humaniste formée par Angélique Gimenez, ANVISAGE, Trans en Provence	48 jours
	Formation micronutrition et nutrithérapie formée par Jérôme Manetta, Nutriformation	6 jours
2016	Formation ACT et image de soi et ACT et TCA formée par Florian Saffer et Jana Grand	4 jours
2010	Formation « conduite d'entretien dans une relation d'aide » formée par Josiane Fauvin	3 jours
2009	Formation continue des Diététiciens : Troubles du Comportement Alimentaire formée par Pr Daniel Rigaud, CHU Dijon, Association Autrement	5 jours

- 2008** **Diplôme de BTS Diététique**
obtenu par le processus de Validation des Acquits d'Expérience
- 1997** **Diplôme d'Ingénieur ENSBANA**
Ecole Nationale Supérieure de Biologie Appliquée à la Nutrition et à l'Alimentation - DIJON
- 1994** **DUT Biologie Appliquée, option Industries Biologiques et Alimentaires**
IUT de Biologie - DIJON

Assistanats de formation

- Formation Savoir être et savoir-faire dans les TCA-niv1 - Lyon** **6 jours**
- Formation Technicien – Praticien et Master PNL - Lyon** **48 jours**
- Formation Technicien – Praticien et Master PNL - Paris** **48 jours**
- Assistante de Angélique Gimenez, ANVISAGE, Trans en Provence

Supervisions suivies

- Approche PNL et TCA** par Angélique Gimenez **4 heures par an depuis 2017**
- Approche nutrition et TCA** par Pr Daniel Rigaud **4 heures en 2017**
- Supervision TCA de groupe pluridisciplinaire** par Katouchka Collomb **2 x 3 heures/an depuis 2017**
- Supervision de groupe TCA** par Angélique Gimenez **2 à 4 jours par an depuis 2019**
- Supervision de groupe accompagnement Ado** par Marie-Agnès Tessier **5 jours en 2019/2020**

Expériences

FORMATION ET ANALYSE DE LA PRATIQUE AUPRES DE DIETETICIENS **Depuis 2019**

- ⇒ *Création et animation de modules de formation auprès de diététiciens pour les aider à affiner leur pratique au plus près des besoins des patients*
- ⇒ *Analyse de la pratique en tant que diététicienne « expert » auprès de diététiciens libéraux : analyse des cas cliniques, du plan de soin proposé par le praticien, et conseils didactiques.*

INGENIEURE EN NUTRITION - DIETETICIENNE **Depuis 2005**

Exercice en profession libérale – Caluire (Rhône)

- ⇒ *Suivis nutritionnels individuels pour enfants, adolescents et adultes : Problèmes de poids, Pathologies, Troubles du comportement alimentaire, sportifs : bilan alimentaire, anamnèse et ligne de vie, analyse du comportement alimentaire, approche psycho-sensorielle, accompagnement pédagogique et pragmatique vers une alimentation équilibrée adaptée aux besoins physiologiques et au rythme de vie.*
Au total plus de 1600 patients pris en charge dont moitié en surpoids / obésité (dont 10 % présentant des traits compulsifs sévères). Développement de l'axe TCA anorexie / boulimie surtout depuis 2016 (90 patients) et l'axe traumatologie depuis 2018 (9 débriefings + 1 defusing).
- ⇒ *Travail en collaboration avec d'autres professionnels de santé (médecins, psychiatres, gynécologues, psychologues, sages-femmes, kinésithérapeutes, pharmaciens...) libéraux et hospitaliers : suivis en parallèle de patients présentant des problèmes de nutrition et des troubles des Conduites Alimentaires.*
- ⇒ *Animation de la rubrique « Recettes » du site internet d'un réseau de professionnels de la nutrition : Organisation des essais en groupes de travail, rédaction et validation des recettes, Rédaction et diffusion des newsletters.*
- ⇒ *Veille scientifique et technologique au sein d'un réseau de professionnels de la nutrition : suivi et rédaction de comptes-rendus de conférences et colloques, recherche et examen d'articles scientifiques liés à la nutrition, études comparatives de matériels (ex : impédancemètres), analyse de nouveaux produits alimentaires, échanges avec d'autres professionnels de la nutrition.*
- ⇒ *Elaboration et animation de formations Nutrition grand public (Klesia 3 x 3h, Decathlon 5 x 2h, école 4 x 1h30),*

d'ateliers nutrition grand public (Klesia 2 x 4h, Decathlon 6 x 7h, école 10 x 4h), de formations nutrition en entreprise (Bioparhom 1 x 4h), de conférences TCA (Autrement 3 x 45 min) et de conférences aux diététiciennes (1 x 45 min), Diététique et PNL (2 x 4 jours), Technicien PNLEE (12 jours), Praticien PNLEE (12 jours), Accompagnement de patients souffrant de TCA (2 x 6 jours).

CONSULTANTE HYGIENE ALIMENTAIRE ET QUALITE

2004

ASM Consultant (Conseil en prévention des risques professionnels, Droit social et Hygiène Alimentaire) – Loire Atlantique

⇒ *Audits et conseils en hygiène alimentaire, Mise en place des démarches HACCP, Gestion et développement du portefeuille client. Elaboration et animations de formations HACCP*

CONSULTANTE PROCÉDES ET HYGIENE ALIMENTAIRE

2002

ACM Consultants (Conseil en organisation industrielle, qualité et hygiène Alimentaire) - Drôme

⇒ *Audits process, Conseil en matière d'hygiène, de sécurité alimentaire et de nutrition, Formations HACCP.*

INGENIEUR PROCÉDES

De 1997 à 2001

Royal Canin (aliments nutritionnels pour animaux de compagnie) – Nord

⇒ *Validation des recettes définies par la R&D ; Contrôle qualité ; Optimisation des procédés existants pour améliorer leurs performances en terme d'hygiène, de qualité et de productivité ; Organisation et suivi des essais R&D en vue de l'industrialisation des produits ; Formation d'ouvriers qualifiés aux procédures de fabrication et de qualité.*

STAGES DE BTS DIETETIQUE

8 semaines en 2008

Home Arménien (EHPAD) – Var : Observation de cas cliniques de personnes âgées dénutries : études et adaptation des menus proposés.

Clinique du Tonkin – Rhône : Observation du métier de diététicienne durant 3 semaines. Prise en charge du service de cardiologie durant 15 jours.

Rédaction d'ouvrages/ articles et conférences

- 2022 : Atelier professionnel : « *Intérêt de l'impédancemétrie dans l'Anorexie mentale* »
- 2022 : Mémoire de DIU Médecine et Santé de l'Adolescent « *Comment faciliter et coordonner efficacement le soin pluridisciplinaire ambulatoire des adolescents souffrant de TCA sur la Métropole de Lyon* ».
- 2022 : Conférence pour la maison de quartier de Saint Clair : « *Bénéfices et Risques alimentaires, Choisir et non subir !* »
- 2022 : Conférence pour l'association Sourd Seniors : « *Mangez bien, Mangez mieux ! Une alimentation saine, simple et gourmande, une alimentation bon sens* »
- 2022 : Conférence pour l'association Perica des entreprises du plateau Nord : « *Mangez bien, Mangez mieux ! Petit guide du consommateur éclairé* »
- 2019 : Conférence lors des universités d'été du collège des enseignants de la fédération NLPNL : « *La nutrition à tous les âges avec la PNL* »
- 2019 : Conférence pour la maison de quartier de Saint Clair : « *Le microbiote intestinal : ces bactéries qui nous protègent* »
- 2018 : Mémoire de DIU Approche intégrative des TCA « *Intérêt de la Programmation Neuro-Linguistique dans la prise en charge diététique thérapeutique des patients souffrant de Troubles des Conduites Alimentaires* ».
- 2018 : article Métaphores 09/2018 « *PNL et TCA, expliquez-moi cela* », en collaboration avec Angélique Gimenez et Romuald Clément
- 2017 : Conférence grand public pour l'association La roseaie : « *Vivre mieux en mangeant mieux : prévention des maladies cardio-vasculaires* »
- 2015 : Journée de formation aux TCA de l'association Autrement à Lyon : Conférence « *Approche diététique spécifique après chirurgie bariatrique* »

- 2016 : Journée de formation aux TCA de l'association Autrement à Lyon : conférence « *Au-delà des cercles vicieux et des peurs, les cibles alimentaires à atteindre* »
- 2015 : 16^e Symposium AUTREMENT à Dijon : Conférence « *Approche diététique spécifique après chirurgie bariatrique* »
- 2015 : intervention en tant qu'expert nutrition pour l'association Vitamines et Baskets dans 2 débats sur les thèmes : « *régime paléo effet mode ou réel intérêt ?* » et « *le végétarisme et la méditation en pratique* »
- 2014 : Conférence grand public : « *Comment s'alimenter pour bien vivre son Ramadan tout en respectant le jeûne et les coutumes* »
- 2013 : Interview dans l'émission « Talk Chaud » sur Lyon Capital TV sur le thème : « *Faut-il encore manger de la viande ?* »
- 2012 : Conférence pour l'équipe compétition du club de natation de l'Association Sportive de Caluire : « *Bien s'alimenter pour optimiser ses performances sportives* »
- 2011 : Interview dans l'émission « l'Actu autrement » sur Essentiel radio : « *un régime sans complexe ?* »
- 2010 : conférences grand public pour Village Oxylane : « *Mangez Bougez : les clefs pour atteindre vos objectifs* »
- 2010 : Conférence pour les parents dans 2 écoles : « *Vos enfants, leur alimentation et leur santé : trucs et astuces pour aider les enfants à manger BIEN* »
- 2009 : conférences grand public pour Village Oxylane : « *Conférence Gourmandise et Nutrition : Comment se faire plaisir sans prendre de poids ?* »
- 2008 : 2 conférences grand public pour Village Oxylane sur le thème « *Bien-être et Nutrition* » : « *Oubliez les régimes, ils font grossir !* » et « *Manger mieux pour vivre mieux* »