

Selon VOS BESOINS de santé à retrouver sur le plan immunitaire et VOS OBJECTIFS d'alimentation ?

SOUTIEN Personnalisé * Informations - Consultations Conseils et Conférences Formations



Ingénieure qualitatif agroalimentaire, expert des aliments,
Nutrition & neurosensoriel

Véronique ANASTASIE

Sachez que je propose des **CONSULTATIONS** que je dénomme '**Nutrithérapie Alimentaire Sensorielle**' car elle cumule des savoirs que j'ai acquis depuis 25 ans d'expérience professionnelle, d'abord en tant qu'**ingénieur qualitatif agroalimentaire**, puis **expert des aliments**, aussi de leur niveau de **qualité ISO**, ensuite étudiés et analysés par les techniques qualité, puis **sensoriel & goût**.

Puis je me suis formée à **l'alimentation avec la nutrition**, et à l'étude des **comportements alimentaires**, ainsi qu'aux **techniques neurosensorielles**, avec les bases de **la naturopathie**, de la diététique du cerveau et celles des organes, **en nutrithérapie**.

Ensuite travaillant sur **l'analyse sensorielle des aliments**, de *père inventeur et de mère professeur*, j'ai inventé une méthode d'analyse des atouts sensoriels et du niveau qualitatif de l'alimentation pour l'évolution d'un être humain.

J'ai mis au point une **cartographie des 5 sens d'un individu**, réalisée selon mes méthodes de **PROFILS sensoriels&goût** qui sont bien supérieures aux normes d'analyse sensorielle que j'utilisais déjà pour étudier les aliments agricoles et l'agroalimentaire. J'ai revu ces méthodes puis je les ai adaptées et **appliquées 'à l'homme'**, selon son fonctionnement neurosensoriel, son alimentation et son comportement alimentaire, pour créer **la CARTE Sensorielle Alimentaire Humaine**.

Après ayant travaillé pour des guides, sélectionnés plus de 2500 chefs, étant d'une famille de cuisiniers et de gastronomes, je me suis formée aux techniques culinaires. Je propose aussi des **conseils pour la cuisine** jusqu'aux accords en gastronomie, du choix des mets avec les vins, non l'inverse.

Et comme en œnologie, j'ai aussi **développé une nouvelle science des aliments que j'ai dénommée la Gastrologie**, pour faire découvrir chaque aliment... en tenant compte des atouts nutritionnels et sensoriels, pour valoriser le vrai goût naturel des bons aliments frais en cuisine.

Ces méthodes utilisées dans les soins neurologiques et psychologiques, en diététique nutritionnelle, je les utilise en tant que consultant formateur dans le monde de la production et de la transformation des aliments. Que cela soit pour la sélection des matières premières à l'élaboration de formules, de recettes et lors de tests de techniques culinaires, pour définir la qualité et le goût d'un aliment à partir d'une étude sensorielle sur 50 paramètres au service des chefs, artisans, des entrepreneurs de l'agroalimentaire, des terroirs ou du bio, soucieux de la qualité des aliments qu'ils vendent aux consommateurs, à nos enfants.

L'OBJECTIF de mes différentes consultations vise à VOUS informer déjà puis vous former chacun, afin de comprendre ce qu'il se passe dans VOTRE CORPS et VOTRE CERVEAU quand il s'alimente... Ensuite d'avoir envie d'être plus autonome par ces savoirs que je vous transmets au fur et à mesure de mes conférences et formations aussi, pour être mieux dans son corps, en le nourrissant bien.

D'être un vrai terrien avec vos 5 sens bien plus en éveil au quotidien, pour améliorer votre bien-être globalement, en vous faisant bien plus plaisir et ce à chaque repas, soit 3 à 5 fois par jour, 1000 fois par an, cela change votre vie !

Mon action prioritaire vise actuellement à mettre en place des mesures de prévention antivirale et anti protéines spike, c'est la raison pour laquelle je vous ai fait ce document que j'offre à la demande. Mes conseils visent d'abord à manger mieux pour lutter contre les VIRUS, vacciné ou pas, avec déjà juste une liste d'aliments ayant les nutriments essentiels pour booster votre système immunitaire, ceci afin de réduire vos souffrances, d'améliorer votre bien-être, ainsi votre santé et donc de votre vie actuelle.

Lors de chaque consultation, en **‘Nutrithérapie Alimentaire Sensorielle’** selon vos problèmes d'alimentation et aussi de santé actuelle, **je vous demande de choisir les objectifs** qui vous semblent prioritaires à chacun, afin de prévenir pour guérir mais aussi se faire plaisir en mangeant tous les jours.

La finalité étant de bien alimenter votre cerveau, qui rappelons-le décide de toute votre vie, en drivant la santé de chacun de vos organes et votre système immunitaire, grâce aux aliments que vous mangez !

Après un interview téléphonique, des questions et tests pour ce soutien, vous aurez : **1 liste de CONSEILS**

- **Un CHOIX d'aliments sélectionnés pour VOUS** qui sont essentiels à votre bonne alimentation.
- **Un CHOIX de compléments alimentaires** vous seront proposés pour compléter votre ration alimentaire, chaque jour. *L'objectif étant de booster votre système immunitaire pour vous soutenir en urgence si vous sentez que votre corps est en difficulté. Ces doses importantes de nutriments spécifiques grâce aux compléments vous aideront à passer ce cap de souffrance, et seront ensuite remplacés par de bons aliments 'FRAIS, VRAIS ET SAINS'.*
- **Des solutions concrètes** pour les intégrer de façon régulière dans vos repas, **pour une bonne nutrition**, avec des orientations majeures pour faire vos Menus équilibrés, mieux adaptées à votre corps selon vos goûts.
- **Des suggestions pour décider de changer vos mauvaises habitudes** de façon consciente et d'arriver à développer **un bon comportement alimentaire** pour mieux manger selon **nos règles neurosensorielles**.
- **Des solutions concrètes pour vous faire évoluer en exploitant vos 5 sens**, éveillés à chaque prise alimentaire, en réduisant l'achat d'aliments tous prêts manufacturés, en apprenant à acheter **des aliments vrais, frais et sains**.
- **Des solutions concrètes pour bien conserver les qualités des aliments** et bien les préparer afin de préserver le maximum de leurs qualités nutritionnelles.
- **Des suggestions pour stimuler le ou la chef qui grandit en vous à vouloir cuisiner**, en vous donnant envie de passer à l'acte, afin d'être plus autonome et jouir des plaisirs de la cuisine.
- **Des suggestions pour progresser** chaque jour **vers une cuisine qui correspond encore plus à vos goûts**, afin de mieux **contrôler votre alimentation**, plus équilibrée... en sachant garder leurs vertus nutritionnelles et leurs goûts originels, sans chimie toxique, sans aucun additif ni arômes ajoutés.

LA récompense merveilleuse : apprendre à se faire à manger avec plus de plaisir et à faire à manger pour les autres, à la partager en famille et avec ses amis avec plus de communication sensorielle.

Evoluer et profiter de toutes les joies des arts alimentaires et culinaires jusqu'aux arts de la table, pour rendre votre vie alimentaire plus joyeuse, à table...*au bureau comme à la maison !*

Demain découvrir toutes les gastronomies savoureuses de France et du monde entier... pour un beau voyage Sensoriel&Goût grâce à cette science que j'ai développé **LA GASTROLOGIE** avec l'œnologie.

Bien sûr d'adapter ce **processus d'évolution se fait au cas par cas**, selon votre esprit du moment, vos goûts et vos envies...car nous sommes tous unique et si différent !. **Mes conseils étant appropriés à chaque être humain**, selon votre état physique et mental actuel, pour évoluer vers **un bien-être sensoriel**, qui apporte ce que j'appelle le Neurobonheur, du cerveau au corps et non l'inverse.

Mon action prioritaire vise actuellement à mettre en place des mesures de prévention antivirale et anti protéines spike, c'est la raison pour laquelle étant donné l'urgence, j'offre ces conseils.

Mes conseils donnés aux vaccinés (ou pas) visent d'abord à lutter contre les VIRUS, en mangeant mieux pour améliorer leur équilibre et bien-être via la nutrition pour retrouver un corps sain, avec déjà juste une liste d'aliments à manger et des compléments alimentaires,... pour améliorer leur santé.

Consultations **‘Nutrithérapie Alimentaire Sensorielle’** Véronique ANASTASIE

Ecoute personnalisée à distance RDV : Appel téléphone, mail, WhatsApp / Zoom et synthèse
A votre disposition pour en parler via * planetgout.anastasia@gmail.com ou 06 10 92 64 30