



INSTITUTO
MACROBIÓTICO
de PORTUGAL



curços que mudam vidas

Macrobiótica Nível 4 Especialização em Aconselhamento e Comunicação | 2019/20



Rosalina Silva

Coordenadora do Curso Anual de Macrobiótica do
Instituto Macrobiótico de Portugal

APRESENTAÇÃO

Uma nova visão sobre cuidados de saúde e nutrição está a despertar. Este novo paradigma combina sistemas de sabedoria tradicional com a ciência contemporânea. Se desenvolveu os seus estudos em cuidados de saúde macrobiótica ao longo dos 3 níveis, queremos que vá mais além e, para tal, preparámos um programa inovador.

Esta especialização tem como objectivo ajudar os alunos a aliar a teoria à prática, particularmente na áreas de diagnóstico oriental, aconselhamento e comunicação. Serão também ministrados novos conhecimentos em cada uma das categorias mencionadas, nomeadamente diagnóstico da língua, técnicas avançadas de diagnóstico oriental e de comunicação. Uma parte significativa do curso terá uma componente prática, sob a forma de práticas clínicas reais com pacientes. Os alunos terão a oportunidade de dar consultas de aconselhamento alimentar e estilo de vida sob a supervisão dos professores e com discussão posterior detalhada de cada um dos casos.

O objectivo principal é prepará-lo para ser um Consultor de Macrobiótica qualificado, dar-lhe-emos as ferramentas teóricas e práticas para que possa desenvolver todo o seu potencial e ter um papel activo na

METODOLOGIA DO CURSO

Iremos focar-nos em aptidões práticas de aconselhamento macrobiótico e desenvolver a capacidade de apoiar os seus clientes a alcançar os seus objectivos de saúde, de forma sensata e realista. Esta formação inclui uma componente de teoria, práticas supervisionadas e desenvolvimento das capacidades de aconselhamento macrobiótico. É um programa interactivo e dinâmico, onde terá a oportunidade de explorar as suas necessidades específicas.

TEMAS

Rever e aperfeiçoar o **código de prática e ética** e definir o **propósito de um consultor macrobiótico**. Cada aluno irá desenvolver o seu código de ética, definir o que tem para oferecer aos seus clientes, como colaborar com profissionais de saúde, estabelecer limites e identificar quais os temas essenciais a abordar numa consulta.

Cada aluno irá desenvolver o seu PUV (ponto único de venda) e aprender qual a melhor forma de o comunicar. É importante sabermos identificar os nossos pontos fortes e **desenvolver uma identidade no mercado de trabalho**, o que nos torna especiais e o que temos de singular para oferecer aos nossos clientes. Temas abordados: marketing e autopromoção em websites, blogs, vídeos, redes sociais e networking.

Um consultor deve ter conhecimentos sobre **culinária macrobiótica**, saber cozinhar pratos com boa apresentação, coloridos e deliciosos é uma mais valia. Iremos explorar a escrita de receitas e ferramentas eficazes para tornar a alimentação macrobiótica ainda mais atractiva.

Irá, também, **desenvolver os seus próprios protocolos macrobióticos**, com base nas condições de saúde de Oshawa, de forma a ter recomendações específicas para as mais diversas condições de saúde: aumentar a vitalidade, melhorar a qualidade de sono, transição para uma dieta equilibrada e saudável, aprender a apreciar alimentos naturais, melhoria de memória, redução de stress, bem-estar emocional, pensamento positivo, entre outros.

Estas são algumas das condições de saúde às quais podemos aplicar a macrobiótica, através de mudanças no estilo de vida e na alimentação, e que promovem a saúde e o bem-estar.

Também serão criados protocolos para ajudar clientes que desejam perder peso, controlar a pré-diabetes e a diabetes, melhorar a digestão, reduzir inflamação e melhorar a qualidade do sangue (colesterol, pressão arterial e níveis de nutrientes). À medida que for desenvolvendo esta capacidade, vai poder criar novos protocolos para qualquer condição que queira ajudar.

Comunicação e relação com clientes. Parte do sucesso de uma consulta assenta na qualidade das recomendações oferecidas pelo consultor, contudo, também é importante o cliente sentir-se inspirado e motivado e assim ganhar mais confiança no processo. Iremos explorar as várias abordagens possíveis: se devemos ter uma abordagem mais prescritiva ou educativa nas recomendações dadas, e como distinguir qual das opções funcionará melhor, tendo em conta as necessidades do cliente com quem se está a trabalhar. Para trabalhar estes temas iremos aplicar a teoria das 5 transformações, Yin Yang, assim como abordar alguns métodos científicos.

Sessões práticas de aconselhamento macrobiótico. Os alunos irão realizar sessões de aconselhamento macrobiótico sob supervisão. As sessões terão o acompanhamento e revisão dos formadores, que o irão ajudar a aperfeiçoar e desenvolver a suas capacidades.

Iremos usar como guias principais: os 7 níveis de Saúde e os 7 níveis de Discernimento de Oshawa, assim como as 5 Transformações. Nestas sessões serão analisadas as recomendações dadas, em que base assentam e se foram apresentadas com clareza, garantindo que os pessoas consultadas consigam aplicar as recomendações e, assim, atingir mudanças significativas nas suas vidas.



CONCLUSÃO E AVALIAÇÃO

Escolha uma das seguintes opções de trabalho:

- Criar um BLOG com página principal (cover page), apresentação, objectivo e razão para fazer o blog. Publicar pelo menos um artigo. Pode escolher outra forma de comunicação que não seja: facebook, tweeter or instagram.
- Fazer a sua própria receita macrobiótica de uma refeição completa para uma condição de saúde específica com fotografias e/ou video com a respectiva explicação do objectivo da refeição, equilíbrio yin e yang, sabores e 5 transformações.
- Fazer 1ª consulta com 3 relatórios: 1. Relatório inicial com a avaliação e recomendações; 2. Relatório de acompanhamento com os ajustes necessários; 3. Relatório final com a última sessão, incluindo a conclusão e resultados assim como as expectativas do cliente para dar continuidade. NÃO incluir dados pessoais do cliente excepto a data de nascimento, profissão e quantos elementos tem na família. Por favor inclua toda a documentação enviada ao cliente e mencione se houve algum contacto por iniciativa própria.

Por favor escolha uma das opções e envie o trabalho final até 15 de Outubro de 2019 para: macrobiotica.imp@gmail.com

O certificado final será entregue com base na conclusão destes projectos. Os alunos terão 3 meses para entregar os trabalhos propostos após o curso ter terminado. Os formadores do curso darão assistência e apoio durante todo o processo.

O nosso objectivo é apoiar os alunos a evoluir de forma confiante, com mais conhecimentos e motivação, para que se sintam totalmente preparados para dar o próximo passo na sua jornada macrobiótica e, assim, integrarem o núcleo de profissionais de macrobiótica para que possamos, todos juntos, criar uma sociedade mais consciente, saudável, sustentável e feliz. Junte-se a nós e faça parte da (r)evolução.

PROFESSORES

Este curso será leccionado por professores e consultores profissionais de macrobiótica, incluindo Bill Tara, Simon Brown, Lourenço de Azevedo e Rosalina Silva.

REQUISITOS

Este curso destina-se a quem tenha frequentado os primeiros 3 níveis do curso Anual de Macrobiótica. O que equivale a, pelo menos, 60 dias de formação e que incluem os princípios da Macrobiótica, teorias e técnicas de culinária. A selecção será feita através de candidatura, por favor forneça todos os detalhes da sua formação.

Caso o candidato não tenha qualquer uma das qualificações referidas, terá que ser submetido a uma entrevista prévia de selecção.

IDIOMA

O curso será leccionado em Inglês, com tradução para Português.

PROGRAMA- MACROBIÓTICA NÍVEL 4

| DATAS | HORÁRIO | FORMADOR | MÓDULO |
|-------------|---|---------------------------|--|
| 6 de Julho | 10H-18H | Sofia Batalha | Marketing e Redes Sociais. Técnicas de auto-promoção. Criar Blogs, websites e preparar palestras. |
| 7 de Julho | 10H-18H | Ken Prange | Macrobiótica e as Emoções. Identificar as emoções nas 5 transformações. A abordagem macrobiótica para lidar com as emoções. Práticas. |
| 8 de Julho | 10H-13H 14H30-18H | Ken Prange Simon Brown | Complementos de Diagnostico Oriental - Lingua Guia prático de recomendações para desequilíbrios de saúde comuns. Criar um Guia de recomendações macrobiótico para problemas de saúde comuns. |
| 9 de Julho | 10H-18H | Bill Tara | Aconselhamento e a Arte do Diagnóstico Oriental. Boshin: Linguagem corporal, diagnóstico facial (revisão e melhorias). Aspectos importantes a considerar durante uma consulta que podem ajudar a identificar problemas de saúde. Práticas de diagnóstico oriental e consultas. |
| 10 de Julho | 9H30-10H30 10H30-11H30 12H-13H 14H30-18H30 | Bill Tara | Briefing antes das Sessões de Aconselhamento Sessões de Aconselhamento (1H) Reunião com os alunos Análise das Sessões de Aconselhamento - Diagnóstico Oriental e Recomendações |
| 11 de Julho | 9H30-10H30 10H30-11H30 12H-13H 14H30-18H30 | Bill Tara | Briefing antes das Sessões de Aconselhamento Sessões de Aconselhamento (1H) Reunião com os alunos Análise das Sessões de Aconselhamento - Diagnóstico Oriental e Recomendações |
| 12 de Julho | 9H30-10H30 10H30-11H30 12H-13H 14H30-18H30 | Simon Brown | Briefing antes das Sessões de Aconselhamento Sessões de Aconselhamento (1H) Reunião com os alunos Análise das Sessões de Aconselhamento - Diagnóstico Oriental e Recomendações |

O horário para almoço será entre as 13h e as 14h30.