



Fatima RMILI

Nutrithérapeute & Coach en Nutrition

Avec une passion pour la nutrition et la santé globale, je vous aide à atteindre vos objectifs de santé à travers une alimentation équilibrée et personnalisée.

MES SERVICES

En utilisant **une approche holistique**, je vise à vous créer **un plan nutritionnel personnalisé** sur mesure en tenant compte de :

- ✓ vos antécédents médicaux,
- ✓ vos habitudes alimentaires et
- ✓ votre mode de vie

Déterminée à vous aider à **améliorer votre santé et votre bien-être** grâce à une **nutrition optimale**, je m'inscris dans une démarche bienveillante d'accompagnement qui a pour but de vous aider à obtenir des résultats gratifiants et de vous permettre d'améliorer votre qualité de vie tout en ayant du plaisir.

Je vous informe, je vous coache et vous aide à mettre en place des actions visant à atteindre le plus rapidement et le plus efficacement possible vos objectifs.

En utilisant les **connaissances scientifiques les plus récentes en nutrition** pour évaluer vos habitudes alimentaires et vos habitudes de vie, nous développons ensemble un programme nutritionnel personnalisé visant à atteindre les objectifs de santé et de bien-être que vous vous êtes fixés.

Je travaille en étroite collaboration avec les médecins et d'autres professionnels de la santé pour vous offrir une approche globale de votre santé et de votre bien-être.

En fournissant des conseils nutritionnels adaptés, je vous aide à gérer les symptômes de ces maladies chroniques et à améliorer votre qualité de vie globale.

Je suis convaincue que la nutrition joue un rôle crucial dans votre santé, et je suis déterminée à partager mon expertise avec vous.

Je suis là pour vous aider à **atteindre vos objectifs de santé et je suis enthousiaste à l'idée de vous accompagner dans ce voyage.**

CONTACT

☎ +32 (0) 490 227005

🌐 www.fatimarmili.com

📧 contact@fatimarmili.com

DISPONIBILITES

Calendrier disponible sur le site internet ou www.drwetchoko.be

Je vous aide à **gérer divers problèmes de santé**, tels que

- l'intolérance à l'histamine, les intolérances alimentaires et les allergies,
- le syndrome d'activation mastocytaire (SAMA),
- les troubles digestifs (microbiote, reflux, ballonnements, problèmes de transit, candidose, dysbiose ...)
- les troubles métaboliques (diabète, thyroïde, ...)
- les troubles hormonaux (syndrome des ovaires polykystiques SOPK, endométriose, ménopause, Syndrome Prémenstruel SPM, ...)
- les troubles de l'alimentation (boulimie, hyperphagie, ...)
- la surcharge pondérale (surpoids, obésité),
- la prévention des maladies liées au vieillissement (pathologies dégénératives,...)
- les maladies cardiaques, l'hypertension artérielle,
- Et d'autres maladies chroniques ...

MON PARCOURS

Après des études en sciences économiques, j'ai travaillé pendant plus de 20 ans au sein d'une association de communes en tant que chargée de projets.

Depuis toujours, je me suis intéressée à la nutrition et son influence sur notre santé. En 2019, je suis terrassée par un burn-out et mon père décède des suites d'une longue maladie.

Je suis à nouveau interpellée par l'impact de la nutrithérapie en accompagnement des traitements allopathiques et c'est là que je rencontre le Dr. Lucie Wetchoko.

Cette rencontre a été un tournant décisif dans ma vie, car c'est elle qui a mis en lumière une intolérance à l'histamine, une hypothyroïdie, une fatigue surrénalienne et un SAMA (Syndrome d'Activation Mastocytaire) qui me rendait malade au quotidien. Grâce à ses conseils et à son enseignement, j'ai été en mesure de comprendre l'importance de la nutrition dans la gestion de ma santé et de mes symptômes.

J'ai mis en pratique ses principes pour améliorer ma santé et retrouver un mode de vie plus sain et plus heureux. C'est cette expérience personnelle qui m'a inspirée à devenir Nutrithérapeute et à donner une nouvelle orientation à ma vie professionnelle afin de partager mes connaissances avec d'autres personnes en quête d'une meilleure santé.

J'ai entamé d'abord une formation de **Nutrithérapeute certifiée CERDEN** (*Centre Européen pour la Recherche, le Développement et l'Enseignement de la Nutrition et de la Nutrithérapie*) et puis s'en est suivi une année de spécialisation en tant que **Bachelor en Nutrition** agréé par la *Federation for Education in Europe (FEDE)*.

Depuis janvier 2022, j'ai rejoint l'équipe du Dr. Wetchoko, ce qui m'a permis de continuer à développer mon expertise et mes compétences en nutrition. Je suis fière de faire partie de cette équipe d'experts qui aide les gens à atteindre leur santé optimale.

Depuis, je continue à me former et je reste ainsi informée des dernières découvertes scientifiques dans ce domaine en constante évolution. Je participe quotidiennement à des webinaires et des conférences pour atteindre cet objectif. En assistant à ces événements, je peux non seulement acquérir de nouvelles connaissances, mais également échanger avec d'autres professionnels et développer mes compétences. Cela me permet de fournir des conseils les plus pertinents.

MES FORMATIONS

- **Membre de l'UDNF** (*Union des Nutrithérapeutes Francophones*)
- **Bachelor en Nutrition** agréé par la *Federation for Education in Europe (FEDE)*
- **Nutrithérapeute certifiée CERDEN** (*Centre Européen pour la Recherche, le Développement et l'Enseignement de la Nutrition et de la Nutrithérapie*)
- **Formation en Oncologie intégrative 2022-2023** - *Institut Européen de Physionutrition et phytothérapie – Therascience*
- **Formation en coaching motivationnel pour professionnels de la santé** - Véronique Liesse
- **Formation : Le microbiote et son écosystème : les incontournables de la santé** - Véronique Liesse