

Programme de formation

PROline'

FORMATION

Réaliser son projet de création d'activité de formation CRUsine

Alimentation vivante

OBJECTIF

A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable:

- **Construire un projet professionnel personnalisé dans le domaine de l'animation d'ateliers de cuisine crue**
- **Créer une entreprise**
- **Gérer le budget de son matériel professionnel**
- **Mettre en place une stratégie marketing**
- **Maîtriser son compte Instagram**
- **Maîtriser toutes les compétences nécessaires à l'élaboration de d'ateliers de cuisine crue**

PUBLIC

Entrepreneur, Formateur, Chef d'entreprise, Salarié, Fonctionnaires, Demandeur d'emploi, tout public

PRÉ-REQUIS

Maîtriser les bases de l'utilisation d'un ordinateur : savoir rédiger sur un clavier pour l'envoi d'email ou traitement de texte.

DURÉE

La durée de l'action de formation est estimée à **60 heures** dont :

- 60 heures en e-learning

TYPE

Formation à distance

PÉRIODE DE RÉALISATION

4 mois à partir du début de la formation

ÉVALUATION

Tests à domicile sur plateforme e-learning.

Le contrôle de connaissances permettant de vérifier le niveau de connaissances acquis par les Stagiaires est effectué selon les modalités suivantes :

QCM d'évaluation

Dépôts des exercices sur la plateforme e-learning

Nature des travaux demandés aux stagiaires.

Exercices pratiques : des recettes de cuisine à réaliser, des appareils à faire fonctionner, des outils à maîtriser, des créations culinaires à filmer.

Des exercices de réflexion : un projet professionnel à construire, un marketing à mettre en place, un business plan à réaliser.

SANCTION

Une attestation de formation vous sera envoyée à la fin de la formation. **Une certification pourra être obtenue après la mise en place de plusieurs stages concomitants avec un retour positif évalué par la clientèle.**

ACCESSIBILITE

Si une personne est en situation de handicap, une étude de faisabilité sera effectuée. Une salle répondant aux normes d'accessibilité pourra être mise à disposition.

DÉLAIS ET MODALITES D'ACCÈS

Le retour du devis signé vaut acceptation. 4 sessions par an de 25 personnes sont proposées. Le délais d'accès est dépendant du jour de la demande et du nombre de places restant disponibles.

PROGRAMME

Cette action de formation est une action concourant au développement des compétences réalisée suivant un format à distance

Nature des travaux demandés au stagiaire et temps pour les réaliser

Le stagiaire devra réaliser les travaux suivants dans le temps imparti.

Durée estimée : 60 heures

Travaux

Module 1 PRÉAMBULE : Ce qu'il faut savoir avant de vous lancer

- Chapitre 1 - Comment suivre cette formation
- Chapitre 2 - Liste des participants
- Chapitre 3 - Bullet journal
- Chapitre 4 - Règles de diffusion
- Chapitre 5 - Codes de réduction
- Chapitre 6 - Certification
- Chapitre 7 - Vos factures

• **Module 2 DÉFIS** : Exercices en continu de travail individuel

- Pourquoi des défis?
- Défi n° 1 - Les découpes
- Défi n° 2 - Vous et votre projet
- Défi n° 3 - Votre équipement
- Défi n° 4 - Recette personnelle et Ikigai
- Défi n° 5 - Menu détox
- Défi n° 6 - Agar agar et avatar
- Défi n° 7 - Instagram
- Défi n° 8 - Créer du lien avec son audience
- Défi n° 9 - Réaliser son lead magnet
- Défi n° 10 - Recette sans appareil
- Défi n° 11 - Votre business plan
- Défi n° 12 - Les ventes additionnelles

• **Module 3 LIVE** : Travail collectif par thématique

- #1 Live/Replay -
- #2 Live/Replay -
- #3 Live/Replay -
- #4 Live/Replay -

• **Module 4 CONCEPT** : Concept et état d'esprit de l'entrepreneur à succès

- Chapitre 1 - Introduction à l'alimentation vivante
- Chapitre 2 - Comprendre ce qu'est l'hygiénisme en tant que démarche de santé
- Chapitre 3 - Les principes physiologiques qui régissent le vivant
- Chapitre 4 - Comment impacter ce monde
- Chapitre 5 - Comment choisir son matériel de
- Chapitre 6 - Comment choisir son déshydrateur
- Chapitre 7 - Comment choisir son extracteur
- Chapitre 8 - Améliorer l'organisation de la cuisine
- Chapitre 9 - Comment faire le point sur ses acquis
- Chapitre 10 - Qu'est ce que le mindset d'entrepreneur
- Chapitre 11 - Comprendre les 10 attitudes gagnantes
- Chapitre 12 - Découvrir son Ikigai
- Chapitre 13 - Comprendre la structure idéale d'un atelier
- Chapitre 14 - Les principes de prise de parole en public
- Chapitre 15 - Le secret des ateliers qui cartonnent
- Chapitre 16 - Mettre en place les facteurs de réussite
- Chapitre 17 - Comment savoir ajuster les proportions
- Chapitre 18 - Comment préparer sa checklist d'un stage
- Chapitre 19 - Comment développer différents thèmes de stage
- Chapitre 20 - Comment s'équiper en matériel vidéo
- Chapitre 21 - Comment éviter le burn-out

- Chapitre 22 -Législation

- **Module 5 MARKETING** : Définir avec précision sa stratégie

- Chapitre 1 - Motivations & Objectifs
- Chapitre 2 - Adopter une posture professionnelle
- Chapitre 3 - Résumé des sites utiles
- Chapitre 4 - L'importance du branding relationnel
- Chapitre 5 - Définir son avatar
- Chapitre 6 - Comprendre les stratégies de réussite
- Chapitre 7 - Prendre en compte les réseaux sociaux
- Chapitre 8 - Maquette de votre site Internet
- Chapitre 9 - Mettre en place Instagram
- Chapitre 10 - Comment créer du lien avec son audience
- Chapitre 11 - Comment capturer des prospects
- Chapitre 12 - Comprendre l'importance de l'impact des vidéos
- Chapitre 13 - Mettre en place une stratégie d'évolution
- Chapitre 14 - Apprendre à hiérarchiser les priorités et à prendre de meilleures décisions pour améliorer sa productivité
- Chapitre 15 - L'importance de gérer son budget
- Chapitre 16 - Mettre en place des ventes additionnelles
- Chapitre 17 - Comprendre le principe de l'affiliation
- Chapitre 18 - Construire son business Plan
- Chapitre 19 - Apprendre à développer une mini-offre
- Chapitre 20 - Comprendre les structures de vente
- Chapitre 21 - Succès story

- **Module 6 FORMULES À THÈME:** Conseils d'organisation par thème.
Choix des recettes, pédagogie d'enseignement.

- Chapitre 1 - Apprendre à réaliser des jus et à maîtriser les techniques de découpe
- Chapitre 2 - Apprendre à mettre en place un "Menu d'automne"
- Chapitre 3 - Apprendre à mettre en place une formule autour du thème des fêtes
- Chapitre 4 - Apprendre à mettre en place un "Menu d'hiver"
- Chapitre 5 - Apprendre à réaliser des soupes
- Chapitre 6 - Produits laitiers végétaux
- Chapitre 7 - Apprendre à bien choisir ses plats et sa formule d'enseignement
- Chapitre 8 - Apprendre à mettre en place un "Menu de printemps" Chapitre 9 - Apprendre à mettre en place une formule autour du thème des brunchs
- Chapitre 10 - Apprendre à mettre en place une formule autour du thème de la déshydratation
- Chapitre 11 - Apprendre à mettre en place une formule autour du thème de la lactofermentation
- Chapitre 12 - Apprendre à mettre en place un "Menu d'été"

- **Module 7 PRATIQUE** : Les recettes

Ce module inclu les formations spécifiques suivantes :

- La formation complète en alimentation vivante
- Tout sur la lactofermentation
- Tout sur la déshydratation
- Le menu de fête
- Les fromages végétaux
- Les produits laitiers végétaux
- Le menu dégustation
- Le menu pour les enfants
- Tout sur le chocolat

- Chapitre 1 - Les bases
- Partie 1 - La taille des végétaux
- Partie 2 - Trucs et astuces
- Partie 3 - Découvrir l'importance des sauces et quels sont les ingrédients indispensables à stocker
- Partie 4 - Les jus
- Partie 5 - Les books recettes classiques
- Chapitre 2 - Recettes classiques

L'organisme avertit le bénéficiaire sur la nécessité de s'investir personnellement et régulièrement dans la mise en pratique de cette formation.

Modalités d'assistance lors de la séquence de formation réalisée à distance

1. Les compétences et les qualifications des personnes chargées d'assister le bénéficiaire de la formation:

Cilou Versanne : Responsable pédagogique de CRUsine Académie. Autodidacte

Gwenaëlle Hazouard : Assistante et conseillère pédagogique. Traiteur . Educatrice spécialisée.

2. Les modalités techniques selon lesquelles le stagiaire est accompagné ou assisté, les périodes et les lieux mis à disposition pour s'entretenir avec les personnes chargées de l'assister ou les moyens dont il dispose pour contacter les personnes :

Pendant toute la durée de la formation, le stagiaire est accompagné via la plateforme e-learning de CRUsine Académie, par e-mail, par téléphone ou via la page Facebook du centre de formation sur laquelle le stagiaire peut échanger en direct avec les autres stagiaires ou l'équipe pédagogique.

Le stagiaire peut contacter CRUsine Académie au 0780901377 du lundi au vendredi de 10H à 16H ou à l'adresse

contact-fcp@crusineacademie.com

pour toute assistance d'ordre technique ou pédagogique.

3. Les délais dans lesquels les personnes en charge de son suivi sont tenues de l'assister en vue du bon déroulement de l'action, lorsque cette aide n'est pas apportée de manière immédiate .

Une assistance sera apportée au stagiaire dans un délai de 24H ouvrables après l'envoi d'un e-mail à l'adresse suivante contact-fcp@crusineacademie.com

Moyens pédagogiques et techniques mis à disposition du stagiaire

Dans le cadre de la réalisation de la séquence de la formation réalisée à distance, un accès individuel sera ouvert au nom du stagiaire, sur la plateforme en ligne de CRUsine Académie. Cette plateforme pédagogique, qui prend la forme d'un Learning Management System (L.M.S) accessible au moyen d'une simple connexion internet, regroupe:

1. Les cours : cours en ligne actualisés, cours vidéo ou audio visionnables en ligne mais non téléchargeables.
2. Les exercices et cours : réalisation et mises en situation sur la base de PDF téléchargeables.

Evaluation des résultats et modalités de suivi de l'action de formation

Chaque complétion d'un chapitre (ex:cours vidéo) de la plateforme de formation à distance est enregistrée et conservée dans la base de données de la plateforme LearnBox. Un rapport nominatif peut être édité à tout moment pour vérifier l'assiduité et la complétion des chapitres.

Nous informons l'obligation, pendant la durée de la formation, de ne pas bloquer les cookies sur votre support de cours (tablette, portable, ordinateur) afin de pouvoir comptabiliser vos temps de connexion.

Il est possible que certaines fonctions de la formation ne soient pas cliquables en fonction de l'ancienneté de votre support informatique. CRUsine Académie ne peut en être tenu responsable.

En fin de programme, les acquis des stagiaires seront évalués sur la base d'un QCM.

Modalités de sanction de l'action de formation

L'action de formation n'est pas sanctionnée par le passage d'un bloc de certification qui aurait vocation à sanctionner un ensemble de compétences. Le format donne lieu à la remise d'une attestation de formation remis par CRUsine Académie à l'issue de la formation.

Le programme sera libéré **TOUS LES 7 JOURS** selon le calendrier suivant :

Semaine 1

Module 1 - PRÉAMBULE

- Chapitre 1 - Comment suivre cette formation
- Chapitre 2 - Liste des participants
- Chapitre 3 - Bullet journal
- Chapitre 4 - Règles de diffusion
- Chapitre 5 -Codes de réduction
- Chapitre 6 -Certification
- Chapitre 7 - Vos factures

Module 7 - PRATIQUES

- Chapitre 1 - Les bases
- Partie1 - La taille des végétaux
- Partie 2 - Trucs et astuces
- Partie 3 - Découvrir l'importance des sauces et quels sont les ingrédients indispensables à stocker
- Partie 4 - Les jus
- Partie 5 - Les books recettes classiques
- Défi n° 1 - Les découpes

Semaine 2

Module 7- PRATIQUES

- Chapitre 2 - Recettes classiques
- Partie 1 - Découvrir et maîtriser les entrées crues
- Partie 2 - Découvrir et maîtriser les plats crus
- Partie 3 - Découvrir et maîtriser les desserts crus

Module 4 - CONCEPT

- Chapitre 1 - Introduction à l'alimentation vivante
- Chapitre 5 - Comment choisir son matériel de CRUsine
- Chapitre 6 - Comment choisir son déshydrateur
- Chapitre 7 - Comment choisir son extracteur

Semaine 3

Module 7 - PRATIQUES

- Chapitre 3 - Les produits laitiers végétaux

- Chapitre 4 - Chocolat
- Chapitre 5- La déshydratation

Module 4 - CONCEPT

- Chapitre 2 - Comprendre ce qu'est l'hygiénisme en tant que démarche de santé
- Chapitre 3 - Les principes physiologiques qui régissent le vivant

Module 9 - MICRO ORGANISMES "EM"

Semaine 4

Module 7 - PRATIQUES

- Chapitre 6 - La lactofermentation
- Chapitre 7 - Les fromages végétaux
- Chapitre 8 - La germination

Chapitre 9 - Les enfants

- Partie 1 - Introduction
- Partie 2 - Les recettes

Module 4 - CONCEPT

- Chapitre 4 - Comment impacter ce monde

Module 10 - DÉCOUVRIR L'HISTOIRE DE RENÉ QUINTON

Semaine 5

Module 6- FORMULES À THÈME

- Chapitre 1 - Apprendre à réaliser des jus et à maîtriser les techniques de découpe
- Chapitre 2 - Apprendre à mettre en place un "Menu d'automne"

Module 4 - CONCEPT

- Chapitre 8 - Améliorer l'organisation de la cuisine

Module 5- MARKETING

- Chapitre 1 - Motivations & Objectifs

Module 2 - DÉFIS

- Défi n° 2 - Vous et votre projet

Semaine 6

Module 5- MARKETING

- Chapitre 2 - Adopter une posture professionnelle
- Chapitre 3 - Résumé des sites utiles

Module 6- FORMULES À THÈME

- Chapitre 3 -Apprendre à mettre en place une formule autour du thème des fêtes
- Chapitre 4 - Apprendre à mettre en place un "Menu d'hiver"

Semaine 7

Module 4 - CONCEPT

- Chapitre 9 - Comment faire le point sur ses acquis
- Chapitre 10 - Qu'est ce que le mindset d'entrepreneur
- Chapitre 11 - Comprendre les 10 attitudes gagnantes

Module 5- MARKETING

- Chapitre 4 - L'importance du branding relationnel

Semaine 8

Module 4 - CONCEPT

- Chapitre 12 - Découvrir son Ikigai
- Chapitre 13 - Comprendre la structure idéale d'un atelier

Module 6- FORMULES À THÈME

- Chapitre 5 - Apprendre à réaliser des soupes

Module 2 - DÉFIS

- Défi n° 4 - Recette personnelle et Ikigai

Semaine 9

Module 4 - CONCEPT

- Chapitre 14 - Les principes de prise de parole en public
- Chapitre 15 - Le secret des ateliers qui cartonnent
- Chapitre 16 - Mettre en place les facteurs de réussite

Semaine 10

Module 4 - CONCEPT

- Chapitre 17 - Comment savoir ajuster les proportions

Module 5- MARKETING

- Chapitre 5 - Définir son avatar
- Chapitre 6 - Comprendre les stratégies de réussite
- Chapitre 7 - Prendre en compte les réseaux sociaux

Module 2 - DÉFIS

- Défi n° 6 - Agar agar et avatar

Semaine 11

Module 6- FORMULES À THÈME

- Chapitre 6 - Produits laitiers végétaux

Module 5- MARKETING

- Chapitre 8 - Maquette de votre site Internet
- Chapitre 9 - Mettre en place Instagram
- Chapitre 10 - Comment créer du lien avec son audience

Module 2 - DÉFIS

- Défi n° 7 - Instagram

Semaine 12

Module 4 - CONCEPT

- Chapitre 18 - Comment préparer sa checklist d'un stage

Module 5- MARKETING

- Chapitre 11 - Comment capturer des prospects
- Chapitre 12 - Comprendre l'importance de l'impact des vidéos

Module 6- FORMULES À THÈME

- Chapitre 7 - Apprendre à bien choisir ses plats et sa formule d'enseignement

Semaine 13

Module 4 - CONCEPT

- Chapitre 19 - Comment développer différents thèmes de stage

Module 5- MARKETING

- Chapitre 13 - Mettre en place une stratégie d'évolution
- Chapitre 14 - Apprendre à hiérarchiser les priorités et à prendre de meilleures décisions pour améliorer sa productivité
- Chapitre 15 - L'importance de gérer son budget

Module 2 - DÉFIS

- Défi n° 9 - Réaliser son lead magnet

Semaine 14

Module 6- FORMULES À THÈME

- Chapitre 8 - Apprendre à mettre en place un "Menu de printemps" Chapitre 9 - Apprendre à mettre en place une formule autour du thème des brunchs

Module 5- MARKETING

- Chapitre 16 - Mettre en place des ventes additionnelles
- Chapitre 17 - Comprendre le principe de l'affiliation

Module 2 - DÉFIS

- Défi n° 10 - Recette sans appareil

Semaine 15

Module 5- MARKETING

- Chapitre 18 - Construire son business Plan
- Chapitre 19 - Apprendre à développer une mini-offre
- Chapitre 20 - Comprendre les structures de vente

Module 4 - CONCEPT

- Chapitre 20 - Comment s'équiper en matériel vidéo

Module 2 - DÉFIS

- Défi n° 11 - Votre business plan

Semaine 16

Module 4 - CONCEPT

- Chapitre 21 - Comment éviter le burn-out
- Chapitre 22 -Législation

Module 5- MARKETING

- Chapitre 21 - Succès story

Module 6- FORMULES À THÈME

- Chapitre 10 - Apprendre à mettre en place une formule autour du thème de la déshydratation
- Chapitre 11 - Apprendre à mettre en place une formule autour du thème de la lactofermentation
- Chapitre 12 - Apprendre à mettre en place un "Menu d'été "

Module 2 - DÉFIS

- Défi n° 12 - Les ventes additionnelles

Page d'accueil de la formation BIENVENUE DANS PROline'

Module 3 - MASTERCLASS

Informations

Ouverture 16 Novembre #1

14 Décembre 2020 #1

Ouverture 15 janvier #2

18 Janvier #1 et #2

15 Février #1 et #2

15 Mars #1 et #2

19 Avril #2

Ouverture 10 Mai #3

12 Mai #2 et #3

7 Juin #3

5 Juillet #3

29 Juillet #3

6 Septembre #3

SOMMAIRE

Semaine 1

Module 1 - PRÉAMBULE

Chapitre 1 - Comment suivre cette formation

Chapitre 1a - Comment compresser vos vidéos

Chapitre 1b - Comment créer un compte Gmail et utiliser Google Drive

Chapitre 2 - Carte réseau PROline'

Chapitre 3 - Bullet journal

Chapitre 4 - Règles de diffusion

Chapitre 5 - Codes de réduction- Affiliation

Chapitre 5' - Affiliation CRUsine Académie

Chapitre 6 - Certification

Chapitre 7 - Vos factures

Module 7 - Chapitre 1 - Les bases

Partie 1 - La taille des végétaux

Partie 2 - Trucs et astuces

Partie 3 - Découvrir l'importance des sauces et quels sont les ingrédients indispensables

à stocker

Partie 4 - Les jus

Partie 5 - Les books recettes classiques

Défi n° 1 - Découpes et recettes

Semaine 2

Module 7- Chapitre 2 - Recettes classiques

Partie 1 - Découvrir et maîtriser les entrées crues

R1 - Béchamel

R2 - Betterave lactofermentée

R3 - Bouillon poulette

R4 - Champignons déshydratés

R5 - Chilli ball

R6 - Choucroute lactofermentée

R7 - Crackers au cumin

R8 - Figs déshydratées

R9 - Fromage de cajou

R10 - Gel de lin

R11 - Gelée d'agar agar

R12 - La crème

R14 - Lait de cajou

R15 - Mélange d'épices tchaï

R16 - Mélange pour crumble

R17 - Mozzarella

R18 - Pain au levain

R19 - Pesto

R20 - Rawmesan

R21 - Salsa et crackers

R22 - Sauce César

R23 - Tartare d'algues

R24 - Tomates semi-déshydratées

R25 - Vidéos Youtube

Partie 2 - Découvrir et maîtriser les plats crus

R1 - Carpaccio de ST Jacques

R2 - Tartare de betterave

R3 - Jus rouge

R4 - Lasagnes

R5 - Légumes grillés Yaki

R6 - Mon taboulé

R7 - Riz de panais sauce forestière

R8 - Salade de fruits secs marinés

R9 - Rouleaux de printemps

R10 - Spaghettis pesto

R11 - Velouté d'épinards

R12 - Gnocchis d'épinards

R13 - Vidéos Youtube

Partie 3 - Découvrir et maîtriser les desserts crus

R1 - Banana chai

R2 - Bûche de Noël

R3 - Cannelé coco au cœur fondant

R4 - Crupote aux pruneaux

R5 - Cuir de bananes

- R6 - Gâteau mousse au citron vert
- R7 - Jus vert
- R8 - Mousse citronnée à la courgette!
- R9 - Muffins myrtilles ou chocolat
- R10 - Poires belle Hélène
- R11 - Porridge
- R12 - Tarte aux framboises
- R13 - Yaourt
- R14 - Vidéos Youtube

Module 4 - CONCEPT

- Chapitre 1 - Introduction à l'alimentation vivante
- Chapitre 5 - Comment choisir son matériel de CRUsine
- Chapitre 6 - Comment choisir son déshydrateur
- Chapitre 7 - Comment choisir son extracteur
- Défi n°2 - Votre équipement

Semaine 3

Module 7 - PRATIQUES

Chapitre 3 - Les produits laitiers végétaux

- R0-PDF recettes
- R1 - Le lait parfait et le gel de lin
- R2 - Les yaourts parfumés
- R3- Mon yaourt brassé
- R4 - Le beurre d'amande
- R5 - Le crutella
- R6 - La chantilly
- R7 - Le tiramisu
- R8 - Glace à la fraise et au basilic
- R9 - Fromage aux tomates séchées
- R10- Lemon curd
- R11 - Comme un gâteau à la semoule
- R12 - Flan coco
- R13 - Nanette
- R14 - Crème catalane

Chapitre 4 - Chocolat

- Partie 1 - Introduction
- Partie 2 - Découper et déshydrater
- Partie 3 - Tempérer son chocolat
- R1 - Mes palets choco
- R2 - Mes chupachoc's
- R3 - Les orangettes
- R4 - Les mendiants

Chapitre 5- La déshydratation

- Partie 1 - Pourquoi déshydrater les aliments ?
- Partie 2 - Pourquoi tremper les graines?
- Partie 3 - La conservation
- Partie 4 - Téléchargement recettes
- R1 - Pain plat
- R2- Fleurons de brocoli au fromage
- R3 - Recette fond de tarte et sablés chocolat
- R4 - Farce aux épinards
- R5 - Crackers aux fromages
- R6 - Cuir de fruits
- R7 - Muesli aux abricots

- R8- Barres énergétiques**
- R9 - Crackers sucrés au chia**
- R10 - Comme du nougat**
- R11 - Mes vidéos Youtube**

Module 4 - CONCEPT

- Chapitre 2 -Comprendre ce qu'est l'hygiénisme en tant que démarche de santé**
- Chapitre 3 - Les principes physiologiques qui régissent le vivant**

Module 9 - MICRO ORGANISMES "EM"

- Chapitre 1 - Fabriquer des EM et leur utilisation**
- Chapitre 2 - Fabriquer du Bokashi**

Semaine 4

Module 7 - PRATIQUES

Chapitre 6 - La lactofermentation

- Partie 1 - Le matériel**
- Partie 2 - La saumure**
- Partie 3 - Les astuces**
- R1 - Jus fermentés**
- R2- Boisson Ginger bug**
- R3 - Boisson Jus de choucroute**
- R4 - Boisson kombucha**
- R5 - Boisson kéfir de fruits**
- R6- Ail**
- R7 - Carottes à l'orange**
- R8 - Chou au mirin**
- R9 - Céleri au gingembre**
- R10 - Chou rave**
- R11 - Coleslaw**
- R12 - Citrons confits**
- R13 - Guacamole**
- R14 - Sauce relish**
- R15 - Sauce à la mangue**
- R16 - Sauce aux poivrons**
- R17 - Déclinaison de moutardes**
- R18 - Fromage debic crémeux ou séché**
- R19 - Pain au levain**
- R20 - Pâté végétal**
- R21 - Le mot de la fin et son jus rouge**

Chapitre 7 - Les fromages végétaux

- Partie 1 - Les bases**
- Partie 2 - Le materiel**
- Partie 3 - Les ingrédients**
- Partie 4 - Les recettes à télécharger**
- R1 - Le petit lait**
- R2 - Le réjuvélac**
- R3 - Brie au poivre**
- R4- Briquette cendrée**
- R5- Le Cajoukiri**
- R6 - Crémeux aux amandes**
- R7 - Crémeux aux herbes**
- R8 - Crufiture épicée**
- R9 - Féta**
- R10 - Fromage bleu**
- R11 - Fromage fourré aux fruits**

R12 - Mozzarella
R14- Rawmembert
R15 - Rawmesan
R16 - Rouge millésimé

Chapitre 8 - La germination

Partie 1 - Les principes de la germination
Partie 2 - Technique des jeunes pousses
Partie 3 - Technique de pousse de l'herbe de blé
Partie 4 - Ferme biologique

Chapitre 9 - Les enfants

Partie 1 - Introduction

Partie 2 - Les recettes

R1 - Mon jus bébé
R2 - Mon biberon cru et végétal
R3 - Mon petit déjeuner complet au chocolat
R4 - Mon smoothie vert
R5 - Mes truffes chocolatées
R6 - Tarte crue banane-choco
R7 - Comme des boulettes de viande hachée
R8 - Gratin de chou-fleur et sa béchamel
R9 - Parmentier de patates douces et lentilles germées
R10 - Entremets avocat et poire caramélisée
R11 - Lait de coco fermenté " Bonus"
R12 - Spicy kid juice "Bonus"
R13 - Youtube enfants

Module 4 - CONCEPT

Chapitre 4 - Comment impacter ce monde
Chapitre 4 bis - Charte graphique

Module 10 - DÉCOUVRIR L'HISTOIRE DE RENÉ QUINTON

Chapitre 1 - Découvrez René Quinton
Chapitre 2 - Séminaire sur le sérum de Quinton
Chapitre 3 - Explication du Dr Epineuze
Chapitre 4 - Explication du naturopathe Julien Allaire
Défi n° 3 - Menu détox

Semaine 5

Module 6- FORMULES À THÈME

Chapitre 1 - Apprendre à réaliser des jus et à maîtriser les techniques de découpe
Chapitre 2 - Apprendre à mettre en place un "Menu d'automne"

Module 4 - CONCEPT

Chapitre 8 - Améliorer l'organisation de la cuisine

Module 5- MARKETING

Chapitre 1 - Motivations & Objectifs

Module 2 - DÉFIS

Défi n°4 - Vous et votre projet

Semaine 6

Module 5- MARKETING

Chapitre 2 - Adopter une posture professionnelle

Chapitre 3 - Résumé des sites utiles

Module 6- FORMULES À THÈME

Chapitre 3 - Apprendre à mettre en place une formule autour du thème des fêtes

Chapitre 4 - Apprendre à mettre en place un "Menu d'hiver"

Semaine 7

Module 4 - CONCEPT

Chapitre 9 - Comment faire le point sur ses acquis

Chapitre 10 - Qu'est ce que le mindset d'entrepreneur

Chapitre 11 - Comprendre les 10 attitudes gagnantes

Module 5- MARKETING

Chapitre 4 - L'importance du branding relationnel

Semaine 8

Module 4 - CONCEPT

Chapitre 12 - Découvrir son Ikigai

Chapitre 13 - Comprendre la structure idéale d'un atelier

Module 6- FORMULES À THÈME

Chapitre 5 - Apprendre à réaliser des soupes

Module 2 - DÉFIS

Défi n° 5 - Recette personnelle et Ikigai

Semaine 9

Module 4 - CONCEPT

Chapitre 14 - Les principes de prise de parole en public

Chapitre 15 - Le secret des ateliers qui cartonnent

Chapitre 16 - Mettre en place les facteurs de réussite

Semaine 10

Module 4 - CONCEPT

Chapitre 17 - Comment savoir ajuster les proportions

Module 5- MARKETING

Chapitre 5 - Définir son avatar

Chapitre 6 - Comprendre les stratégies de réussite

Chapitre 7 - Prendre en compte les réseaux sociaux

Module 2 - DÉFIS

Défi n° 6 - Agar agar et avatar

Semaine 11

Module 5- MARKETING

Chapitre 8 - Maquette de votre site Internet

Chapitre 8' - Lexique et démo internet

Chapitre 8" - Replay Conférence Web & Tech (copie)

Chapitre 9 - Mettre en place Instagram

Chapitre 10 - Comment créer du lien avec son audience

Module 6- FORMULES À THÈME

Chapitre 6 - Produits laitiers végétaux

Module 2 - DÉFIS
Défi n° 7 - Instagram

Semaine 12

Module 4 - CONCEPT
Chapitre 18 - Comment préparer sa checklist d'un stage

Module 5- MARKETING
Chapitre 11 - Comment capturer des prospects
Chapitre 12 - Comprendre l'importance de l'impact des vidéos

Module 6- FORMULES À THÈME
Chapitre 7 - Apprendre à bien choisir ses plats et sa formule d'enseignement
Défi n° 8 - Créer du lien avec son audience

Semaine 13

Module 4 - CONCEPT
Chapitre 19 - Comment développer différents thèmes de stage

Module 5- MARKETING
Chapitre 13 - Mettre en place une stratégie d'évolution
Chapitre 14 - Apprendre à hiérarchiser les priorités et à prendre de meilleures décisions pour améliorer sa productivité
Chapitre 15 - L'importance de gérer son budget

Module 2 - DÉFIS
Défi n° 9 - Réaliser son lead magnet

Semaine 14

Module 6- FORMULES À THÈME
Chapitre 8 - Apprendre à mettre en place un "Menu de printemps"
Chapitre 9 - Apprendre à mettre en place une formule autour du thème des brunchs

Module 5- MARKETING
Chapitre 16 - Mettre en place des ventes additionnelles
Chapitre 17 - Comprendre le principe de l'affiliation

Module 2 - DÉFIS
Défi n° 10 - Recette sans appareil

Semaine 15

Module 4 - CONCEPT
Chapitre 20 - Comment s'équiper en matériel vidéo

Module 5- MARKETING
Chapitre 18 - Construire son business Plan
Chapitre 19 - Apprendre à développer une mini-offre (Vidéo à faire)
Chapitre 20 - Comprendre les structures de vente

Module 2 - DÉFIS
Défi n° 11 - Votre business plan

Semaine 16

Module 4 - CONCEPT

Chapitre 21 - Comment éviter le burn-out

Chapitre 22 -Législation

Module 5- MARKETING

Chapitre 21 - Succès story

Module 6- FORMULES À THÈME

Chapitre 10 - Apprendre à mettre en place une formule autour du thème de la déshydratation

Chapitre 11 - Apprendre à mettre en place une formule autour du thème de la lactofermentation

Chapitre 12 - Apprendre à mettre en place un "Menu d'été "

Module 2 - DÉFIS

Défi n° 12 - Les ventes additionnelles

VALIDATION DES ACQUIS

TEST EVALUATION N°1

TEST EVALUATION N°2

TEST EVALUATION N°3

TEST EVALUATION N°4

TEST EVALUATION N°5

BONUS

Analyser un problème

Kits templates Canva

ATTESTATION DE DEPLACEMENT