

HISTOIRES D'ENTREPRENEURS D'ICI

DE L'AUDACE À LA RÉUSSITE



Chambre
de commerce
et d'industrie

BEAUHARNOIS
VALLEYFIELD
HAUT-SAINT-LAURENT

SADC

Société
d'aide au développement
des collectivités
DU SUREST-SUD

15
ans

D'ACCOMPAGNEMENT

2001 | 2016

Alimentation énergie: pour une digestion en santé!

L'histoire de Claudine Desforges – Travailleuse autonome



Cette passionnée de vélo et de course à pied donne des trucs et des outils à ses clients afin d'atteindre l'équilibre et les plaisirs de la table grâce à un programme alimentaire axé sur les enzymes. Sa méthode s'adresse principalement aux personnes souffrantes de maux du système digestif, de désordre alimentaire, d'obésité et même dans le cas de diabète, de personnes qui souhaitent améliorer leur santé globale pour avoir une meilleure qualité de vie.

Mme Desforges avoue qu'elle n'a pas toujours eu de saines habitudes de vie. Dès son jeune âge, elle mangeait ce qu'elle voulait et rien ne la faisait engraisser. Ses mauvaises habitudes alimentaires lui jouèrent bien des tours avec les années. Parce qu'elle pensait depuis belle lurette prendre sa santé en main et un jour écrire un livre, elle a amorcé un tournant dans sa vie. À la suite d'une modification de ses mauvaises habitudes (dont la cigarette), Claudine Desforges retrouva un poids santé, son énergie et sa bonne humeur.

Claudine Desforges que plusieurs personnes de la région ont connue en tant que présidente du Conseil central Montérégie CSN, nous souligne que c'est après sa 2e grossesse qu'elle se mit en action pour effectuer des recherches et tester les régimes existants afin de retrouver de saines habitudes de vie et brûler ses 25 livres en trop.

Sa découverte

Elle découvre par hasard la Dissociation alimentaire selon le médecin allemand Dr Hey qui prône l'alimentation basée sur la facilitation de la digestion par le respect des enzymes. Au fil des semaines qui suivent sa nouvelle alimentation, elle se rapproche de son poids santé (et le maintien toujours après plus de 30 ans). Elle mange lorsqu'elle ressent la faim et ne se prive point avec cette technique puisque l'art est dans l'association des aliments digérés par les mêmes enzymes. Elle eut l'idée d'écrire un livre dû à son manque de temps pour donner des formations à travers la province.



« Mes méthodes visent à trouver une solution définitive pour les personnes de tout âge aux divers troubles alimentaires » Claudine Desforges



Livres, formations & conférences

Selon Claudine, c'est grâce à une meilleure alimentation, un regain d'énergie, une satisfaction au moment de se mettre à table que nous trouvons Équilibre et plaisirs à tables! Elle offre des conférences et des formations sur l'art d'associer les aliments consommés au même moment (même enzyme), lors des différents repas et collations dans la journée. Claudine Desforges a participé aux salons du livre de la région (elle est aujourd'hui à son 2e livre de nutrition).

Alimentation énergie

Dans ses formations, Claudine Desforges partage les principes selon lesquels nous devons séparer les aliments digérés par des enzymes différents et antagonistes. La digestion en est simplifiée et l'énergie est préservée pour vous permettre de vaquer à vos autres occupations. Elle est fière d'avoir offert des conférences lors d'événements à Hydro-Québec et au Centre d'action bénévole (CAB) de Valleyfield. De plus, ses livres permettent à toute personne intéressée à améliorer sa santé et son énergie en mettant les aliments au service de son corps. Dans ces livres, elle fait part de ses essais, son expérience, ses croyances

tout en aidant les gens à atteindre une autonomie alimentaire. Ses livres sont en vente au coût de 20 \$ pour le premier tome et 50 \$ pour le tome 2).

Pour plus d'information sur ses livres et ses disponibilités en tant que conférencière et formatrice, visitez le site Internet Alimentation-Energie.com. Vous pouvez également rejoindre Claudine Desforges au 450-567-2745 ou lui faire parvenir un courriel à info@alimentation-energie.com.

Soutien aux entrepreneurs

Afin de réaliser ses projets d'entrepreneure, Claudine Desforges a reçu de l'aide de différents organismes, dont le CLD de Beauharnois-Salaberry, la Corporation de développement communautaire (CDC) et la SADC du Suroît-Sud.

Le conseil de notre entrepreneure vedette

Testez votre produit et sondez votre public pour vous améliorer! À ses débuts, Claudine Desforges s'exerçait à livrer ses messages nutritionnels lors de soirées témoignages auprès de petits groupes. Déjà à cette époque, elle préconisait les antioxydants afin de freiner le cancer. Puis, avec les années, la demande augmenta et la motiva à développer officiellement ce projet en tant que travailleuse autonome.



www.alimentation-energie.com
450 567-2545
info@alimentation-energie.com

Membre de la Chambre de commerce et d'industrie Beauharnois-Valleyfield-Haut-Saint-Laurent

2014 : date de fondation

1 : un travailleur autonome

20 : KM en moyenne par jour de course à pied et vélo

30 : années d'expérience en alimentation énergétique

60 : exemplaires vendus (livre 1 et 2)

60 : personnes aidées grâce à la formation

350 : personnes rejointes en conférence

Histoires d'entrepreneurs d'ici présente des histoires inspirantes de fondateurs d'entreprise de notre région!
La [SADC du Suroît-Sud](#) est un organisme qui accompagne depuis 15 ans les entrepreneurs et offre des solutions de services-conseils gratuits, financement et mentorat. Suivez-nous sur Facebook et LinkedIn.

Canada  Développement économique Canada pour les régions du Québec
appuie financièrement la SADC

Rédaction :
Emmanuelle Lavigne-Landry
Agente des communications, marketing et mentorat
SADC du Suroît-Sud