



## EXPÉRIENCES PROFESSIONNELLES PAR DOMAINE DE COMPÉTENCE



# AMELIE ROGUEZ

DIÉTÉTICIENNE -  
NUTRITIONNISTE  
&  
CHEFFE DE CUISINE

## PROFIL PERSONNEL

Je suis une diététicienne passionnée de cuisine depuis l'âge de 2 ans.

Ma formation est plus qu'un simple métier, c'est une réelle vocation.

Je me suis formée en 2018 en addictologie pour accompagner au mieux mes patients pour qu'ils deviennent autonomes.

J'interviens auprès de publics divers et variés, de tous âges, toutes professions, dans diverses structures.

Le plaisir sans culpabilité est au cœur de ma pratique. La cuisine fait partie intégrante des solutions que je propose lors de mes interventions

J'enregistre d'ailleurs régulièrement des chroniques sur la radio France Bleu Picardie en ce sens.

Mon rayon d'action est régional (Hauts de France et régions voisines).

Installée en libéral depuis 2013, j'exerce dans 3 cabinets (para)médicaux avec travail pluridisciplinaire : Amiens, Corbie, Rivery.

Je travaille en temps partiel (50%) depuis octobre 2021 au CRF Saint Lazare à Beauvais (UGEAM) au sein duquel j'anime des ateliers cuisine dans l'Unité de Rééducation Nutritionnelle auprès de patients en surpoids et obésité, dans le cadre de leur prise en charge pré-chirurgie de l'obésité ou en séjour "classique".

## COORDONNÉES

Tél. : 06.08.04.55.16

E-mail : aroguez.dieteticienne@hotmail.com

LinkedIn : @Amelie Roguez

Facebook : Amélie Roguez Diététicienne-nutritionniste

## MOYENS DE LOCOMOTION

Véhicule personnel (Permis B)

Vélo

## Formation

Depuis 2019 - en libéral

Formatrice en alimentation végétarienne des Chefs de cuisine des collèges de la Somme avec Bio en hauts de France (Depuis 2022)

Formatrice en nutrition et techniques culinaires pour OFRE, Amiens sur les cursus : ADVF, DEAS, DVE, ADVD (2019-2022)

Formatrice au BP Agroalimentaire, lycée Sainte Colette, Corbie. (2020-2021)

## Analyse de menus selon fréquences GEM-RCN

Entre 2017 et 2019 - en libéral

Association de Gestion du Restaurant des Établissements d'Enseignement Catholique de la Somme

## Conception et animation de cours de cuisine

Depuis 2021 en emploi salarié

Au Centre de Réadaptation Saint-Lazare de Beauvais CDI temps partiel (50%) depuis octobre 2021

Depuis 2015 en libéral

- En entreprise, chez les particuliers
- Animations culinaires sur les marchés et dans les centres commerciaux : STOREEZ, RESTOLIB (depuis 2016)
- Cours de cuisine chez les clients de M comme MUTUELLE (depuis 2016)
- Cours de cuisine en ligne depuis le confinement de mars 2020 avec Association Les petits poids et Maison pour tous Abbeville.

## Conception et animation d'ateliers de prévention nutritionnelle

Depuis 2013 - en libéral

-Espace santé prévention, CPAM Somme (depuis 2013) : Conception et animation d'ateliers thématiques avec publics et thèmes variés : Petit budget, Mois sans tabac, Alimentation et cœur, etc.

Mise en place d'un projet pilote "Alimentation bien grandir" auprès des élèves de CE2 (Amiens).

- NUTRIKEO ( Agence de conseils en stratégie nutrition) : Interventions dans le cadre des projets "KOAM", "Croqu'âge", et "Bouge une priorité pour ta santé" dans les collèges et EHPAD des Hauts de France, Ateliers auprès de médecins sur les maladies cardiovasculaire dans toute la France (depuis 2016)

- Sensibilisation à la nutrition de la personne âgée : EHPAD de Caix (2017), Ozange.net (2019) et EHPAD Acheux en Amiénois (2020)

- Projet santé ARS : Maison pour tous d'Abbeville (2019 à 2021)  
- Théoriques et pratiques incluant de la cuisine

- Ateliers diététiques, en ligne (2020 à 2022) : Association Les petits poids, salle de sport Dynamic coach

## Consultations diététiques individuelles

Depuis 2013 - en libéral

3 cabinets libéraux (Amiens, Corbie, Rivery)

## COMPÉTENCES

Capacité d'écoute  
Sens du relationnel  
Autonome  
Animation de groupe  
Rigoureuse

Niveau d'anglais : courant  
(plusieurs séjours outre-Atlantique)

Langues mortes : Latin et grec ancien

## SUJETS DE PRÉDILECTION

- La précarité dans l'alimentation
- Le marketing alimentaire
- La dénutrition de la personne âgée
- Le suivi diététique en chirurgie bariatrique
- Addictions avec ou sans substances
- Psychonutrition & relation émotions/comportement alimentaire
- La prévention nutritionnelle tous publics
- Le locavorisme (alimentation locale)

## HOBBIES

- Dessin
- Sculpture
- Peinture
- Photographie
- Lecture (développement personnel, BD, sciences humaines, romans, presse scientifique )
- VTT
- Cuisine
- Zéro déchet et «locavorisme»
- Potager / Permaculture
- Self défense



## FORMATIONS INITIALES ET CONTINUES

### Mise à jour Hygiène en cuisine

Novembre 2021

Au sein du CRF St Lazare

### Congrès du G.R.O.S et ateliers

Novembre 2020

"Alimentation intuitive, sortir du contrôle" - En visiophonie

### Diplôme Universitaire d'addictologie

Octobre 2018

sous la direction du Dr Naassila, Directeur de la GRAP,  
Président de la Société Française d'Alcoologie et Directeur  
unité INSERM unité 1247  
UPJV, Amiens (80)- Recue 2ème de la promotion

### BTS Diététique

Octobre 2012

En candidate libre  
Après études par correspondance

### CAP Cuisine

Juin 2012

Centre de formation Saint Martin, Amiens (80),  
En alternance

### Baccalauréat Scientifique

Juin 2006

Mention Assez Bien  
Lycée Jeanne Hachette, Beauvais (60)



## EXPERIENCES DANS LA RESTAURATION

### En Restauration collective

2009-2010

Restaurant de la Poste, Amiens / Décembre 2009  
Restaurant de la maison de retraite Samarobriva, Amiens / Avril 2010  
- Application de la méthode HACCP  
- Suivi des recommandations du GEMRC  
- Préparations à textures modifiées et régimes spécifiques thérapeutiques  
Stages dans le cadre du BTS Diététique

2012

Restaurant du CROUS, la Veillère et Saint-Leu, Amiens  
Multiples contrats de remplacement

### En Restauration traditionnelle

2011-2012

Restaurant traditionnel, Chez Maman, Amiens ( CAP cuisine - Alternance))

Entre 2008-2009

Restaurant traditionnel, Le bélu, Amiens / Service en salle - Plonge  
Rhumerie, Couleur café, Amiens / Service en salle et au bar

### En Restauration rapide

2009

Restaurant MacDonald's, Amiens, Nord  
C.ontrat étudiant. Service en salle.