

# KARINE EPENOY

ENSEIGNANTE - PROFESSIONNELLE DE LA SANTÉ

## EXPERIENCE PROFESSIONNELLE ET ASSOCIATIVE

2021/2024 - Membre du CA et secrétaire adjointe d'association

- Association "Royan fait son cinéma" organisatrice du "Festival du Film de Société de Royan"

1995/2024 - Professeur des Ecoles

- **Classes maternelles, classes élémentaires, classes spécialisées, direction.**

2022 - Professeur des Ecoles spécialisée - Institut Médico-Educatif / Institut Médico-Pédagogique / Services d'Education Spéciale et de Soins à Domicile

- **Suivi d'enfants et d'adolescents présentant une déficience intellectuelle et suivi d'enfants et adolescents présentant un trouble du spectre autistique**

2019/2021 - Interventions en tant que praticienne en cohérence cardiaque et cardiofeedback dans les établissements scolaires et en centre de réadaptation (CRCP) - 25

- **Prestation avec matériel et logiciel de cardiofeedback.**
- **Animations pédagogiques sous forme d'ateliers de gestion du stress.**

2017/2021 - Création d'entreprise et ouverture d'un cabinet de Naturopathie

- **Conseils individuels et collectifs en éducation à la santé : alimentation, gestion du stress, hygiène de vie, fonctionnement du corps.**

Février / mars 2020 - Stage en diététique thérapeutique au Centre de Réadaptation Cardiologique et Pneumologique de Franche-Comté (CRCP - 25)

- **Prise en charge diététique,**
- **Mise en place de séances d'éducation thérapeutique.**
- **Création de documents outils à destination des patients.**

Mars / avril 2019 - Stage de diététique en restauration collective en lycée - 25

- **Observation du fonctionnement et de la législation.**
- **Participation à l'élaboration et à la préparation des repas.**

Juin / juillet 2019 - Stage de diététique en Centre d'aide par le travail (ESAT de Morteau - 25)

- **Observation du fonctionnement et de la législation.**
- **Accompagnement du handicap.**
- **Participation à la production culinaire, à l'expédition, au service en salle.**

2013 - Auteur et illustrateur en Littérature Jeunesse

Album "Demain, je reviendrai" aux Editions "L'Atelier du Poisson Soluble".

## COMPÉTENCES

- Capacité d'organisation et d'autonomie.
- Régularité du rythme de travail.
- Qualité d'écoute et de contact, bienveillance.
- Curiosité.
  
- Maîtrise du domaine diététique, des conseils collectifs et individuels en éducation à la santé.
- Maîtrise en physiologie de la cohérence cardiaque et des implications pour la santé.
- Connaissances dans le domaine des sciences naturelles, de la biologie animale et végétale, de la physiologie et de la biochimie.
  
- Capacité de construction et de mise en œuvre de situations d'apprentissages adaptées : démarche pédagogique, enseignement des savoirs fondamentaux, adaptation du déroulement des apprentissages selon les difficultés des élèves.
- Coopération avec des partenaires pour participer à l'élaboration du projet pédagogique de l'établissement.
- Réalisation d'outils pédagogiques, d'outils de programmation et d'évaluation.
- Travail en équipe.



## CONTACT

 06 89 96 18 13

 karinepenoy@hotmail.fr

 49 Rue des Amandiers  
17200 Royan

## PARCOURS UNIVERSITAIRE ET FORMATIONS

2019-2021 - CNED

**BTS Diététique : Validation 1ère année, suivi des cours de 2ème année**

2017-2018 - Institut du Dr David O'Hare  
**Praticienne en Cohérence Cardiaque  
gestion du stress**

2011-2017 - Collège des Médecines  
Douce du Québec  
**Naturopathe Educatrice de la santé**

1993-1995 - Institut de Formation des  
Maîtres de Rouen (76)  
**Professeur des Ecoles**

1988-1993 - Université des Sciences de  
Mont-Saint-Aignan (76)  
**Licence de Sciences Naturelles  
DEUG de Biochimie**

1988 - Lycée André Maurois (76)  
**Baccalauréat A1  
Philosophie Mathématiques**

## DIVERS

- **Anglais - Niveau B1**
- **Espagnol - Niveau A1**
- **Traitement de texte, tableur, logiciels de publication, internet, réseaux sociaux**
- **Tour d'Europe effectué durant 7 mois**
- **Randonnée nordique, course à pied, yoga, danse**
- **Lauréate du concours "littérature jeunesse" en 2008**
- **Titulaire du permis B**
- **Brevet du PSC1 (Prévention et secours civiques)**