**QUESTIONNAIRE DE PREPARATION AU COACHING**

**Merci de remplir le questionnaire avec soin, j’en ai vraiment besoin pour vous aider. N’hésitez pas à détailler au maximum, de toute façon, plus vous écrirez, plus le reste du texte « descend ». Donc allez –y !**

Une fois rempli, envoyez le moi à : [virginiepillon@soigne-ton-assiette.com](mailto:virginiepillon@soigne-ton-assiette.com)

Nom :

Prénom :

Adresse mail :

Age (si ce n’est pas trop indiscret 😉 ) :

identifiant skype ou Hangout (c’est le skype de google 😉) :

ou téléphone :

* Qu’est ce qui vous a décidé à supprimer le gluten et les produits laitiers ?

Qu’est ce qui motive ce changement ?

* Quel but voulez-vous atteindre avec notre coaching ? (attention je ne suis pas médecin, « guérir » ne fait pas partie de mes compétences)
* Où en êtes-vous avec l’alimentation sans gluten et sans lait ?
* Avez-vous démarré ?
  + Si oui, Depuis combien de temps ?
* Qu’est ce qui vous pose le plus de problème ?
* Et au contraire qu’est ce qui est facile pour vous ?
* Est-ce que vous prenez tous vos repas chez vous ?
* Combien êtes-vous à table ?

Adulte : enfants (avec âge si possible) :

* Combien de temps consacrez vous en moyenne à la préparation des repas ?
* Est-ce que vous prenez un petit déjeuner ?

Si oui, de quoi se compose-t-il ?

* Et pour finir, n’hésitez à me mettre quelques mots ou votre plat préféré 😉 …