



LES FORMATIONS DE L'ACADEMIE DE LA NUTRITION POSITIVE



LES FORMATIONS DE L'ACADÉMIE DE LA NUTRITION POSITIVE

Les formations de l'Académie de la Nutrition Positive sont destinées à toute personne souhaitant développer ses connaissances en alimentation préventive et positive et aux professionnels (de santé, du sport et de l'alimentation).

UN ENSEIGNEMENT À LA POINTE DES CONNAISSANCES EN TOUTE OBJECTIVITÉ

Les formations de l'Académie de la Nutrition Positive allient les connaissances théoriques issues des données scientifiques les plus récentes avec un enseignement pratique, adapté à la réalité des besoins individuels. Elles permettent d'accompagner le plus grand nombre vers une alimentation préventive et positive selon une approche respectueuse de l'environnement, d'élaborer du conseil en alimentation-santé, voire des protocoles personnalisés pour les professionnels de santé.

DES FORMATIONS DE LA CELLULE À L'ASSIETTE

Les enseignements de l'Académie de la Nutrition Positive reposent sur trois grands principes :

- **Développer les connaissances scientifiques en nutrition, biologie de l'évolution, épigénétique, biochimie et physiopathologie.** Celles-ci sont en effet essentielles pour comprendre les effets de la nutrition sur le fonctionnement cellulaire, maîtriser la physiopathologie des maladies en lien avec l'état nutritionnel et développer un esprit critique face à la cacophonie alimentaire actuelle.
- **Appréhender l'ensemble de la chaîne de valeur alimentaire selon une approche holistique, de la terre à la cellule :** effets des modes de production et d'élevage sur la qualité nutritionnelle et sur la biodiversité, enjeux environnementaux, impacts des procédés agro-alimentaires sur la santé, réglementation, décryptage des étiquettes, connaissance des additifs et auxiliaires technologiques, conséquences des modes de conservation et de cuisson sur la qualité des aliments, méthodes de cuisine respectueuses de la santé. Cette vision globale de l'environnement agro-alimentaire permet d'appréhender la nutrition selon un regard critique et une approche holistique de la santé.
- **Pour les professionnels de santé, savoir mener un accompagnement nutritionnel personnalisé (prévention, optimisation des performances, prise en charge des pathologies en lien avec l'alimentation) :** anamnèse alimentaire et nutritionnelle, utilisation de la biologie nutritionnelle et des outils d'aide au conseil, élaboration de programmes nutritionnels personnalisés, choix de compléments alimentaires de qualité et adaptés à chaque situation, mise en place de programmes tenant compte de spécificités individuelles (femme enceinte et allaitante, nutrition sportive, hypersensibilité, régimes d'éviction (gluten, lait etc.), vegan, fléxitarien, etc).

UN ENSEIGNEMENT ADAPTÉ À CHAQUE BESOIN ET ÉVOLUTIF

Les formations de l'Académie de la Nutrition Positive sont organisées en 3 niveaux :

- **Niveau 1, Initiation : Une initiation à l'Alimentation Préventive et Positive de 6 jours**, ouverte à tous les publics, professionnels et particuliers.
- **Niveau 2, Professionnel : Un cursus de Conseiller en Alimentation Holistique de 24 jours**, destiné aux personnes souhaitant se professionnaliser dans le conseil alimentaire (domaines de la santé, du sport, de alimentation ou du bien-être, hors pathologies).
- **Niveau 3, Expert : Une certification de Conseiller en Nutrition Durable de 8 jours**, destinée aux professionnels de la santé détenteurs de la certification de niveau 2 (soit 32 jours d'enseignement au total).

POSSIBILITÉ D'ACCÉDER DE MANIÈRE ISOLÉE AUX MODULES THÉMATIQUES

La majorité des modules d'enseignement peuvent être suivis de manière indépendante. Toutefois, certains d'entre-eux nécessitent des prérequis (voir les modalités ci-dessous).

ACCREDITATION

HEALTH'ACTIV est un organisme de formation totalement indépendant. Il est enregistré sous le numéro 52440791444 et a été référencé par le système DATADOCK nécessaire à la prise en charge partielle ou totale du coût de la formation par les OPCO (FIF-PL, Afdas, Agefice, etc.).

TOUT PUBLIC

Les journées de formation marquées par ce pictogramme sont destinées à tous les publics, particuliers soucieux de leur santé et professionnels.

PROS

Les journées de formation marquées par ce pictogramme peuvent être suivies uniquement par des professionnels de l'alimentation.

UNE ÉQUIPE À VOS CÔTÉS

Les enseignements sont délivrés par une équipe de professionnels experts de l'approche holistique de la santé et du concept de Nutrition Positive.

L'Académie de la Nutrition et ses enseignants ne sont sujets à aucun conflit d'intérêt, notamment avec les laboratoires de micronutrition.



Dr Juliette Méllentin
Médecin biologiste



Géraldine Galan
Docteur en pharmacie



Frédéric Broussard
Coach sportif



Valentin Lacroix
Diététicien Nutritionniste



Anthony Berthou
Nutritionniste
Fondateur de la Nutrition Positive

TOUT PUBLIC

Les journées de formation marquées par ce pictogramme sont destinées à tous les publics, particuliers soucieux de leur santé et professionnels.

PROS

Les journées de formation marquées par ce pictogramme peuvent être suivies uniquement par des professionnels de l'alimentation.



NIVEAU 1



Initiation à l'Alimentation Préventive et Positive



L'Initiation à l'Alimentation Préventive et Positive est destinée aux personnes souhaitant développer leurs connaissances nutritionnelles dans l'objectif d'optimiser leur santé par l'alimentation, tout en considérant les enjeux environnementaux actuels et futurs.

Chaque journée de formation peut être suivie indépendamment et réalisée en présentiel ou en distanciel au choix.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Appréhender les principaux enjeux, actuels et futurs, du système alimentaire sur la préservation de la santé, de l'environnement et de la biodiversité.
- Maîtriser les principes fondamentaux d'une alimentation respectueuse de la santé et de l'environnement à partir des données scientifiques récentes.
- Comprendre les liens entre l'alimentation, le mode de vie, la régulation de l'inflammation et les maladies dites de civilisation.
- Découvrir les 7 piliers nutritionnels et leur importance sur le bon fonctionnement du métabolisme.
- Apprendre à organiser ses repas au quotidien et de manière pratique. Faire le ménage de printemps dans ses placards.
- Découvrir la place des circuits courts, de l'agro-écologie et de la permaculture dans les choix alimentaires.
- Appréhender la pertinence scientifique des modèles alimentaires actuels, leurs intérêts et leurs limites, voire les dangers (différentes pratiques du jeûne, véganisme, fléxitarisme, régime cétogène, paléo, éviction des produits laitiers et/ou du gluten, etc.).
- Savoir interpréter les étiquettes alimentaires et déjouer les pièges du marketing agro-alimentaire.
- S'initier aux critères de choix des compléments alimentaires, à leurs intérêts et aux précautions d'emploi, sans conflits d'intérêts.
- Découvrir les outils permettant d'identifier les principaux déficits nutritionnels et les troubles associés, les marqueurs biologiques pertinents dans le cadre d'une analyse de sang.
- Découvrir les outils et applications destinés à personnaliser son alimentation en fonction de ses besoins spécifiques et de son mode de vie.

PRÉ-REQUIS

Aucun

DURÉE

6 jours (42 heures)





Initiation

NIVEAU 1



PUBLIC

Accessible à tous les publics.

VALIDATION DU NIVEAU 1

- Participation à chaque module.
- Validation d'un QCM de fin de formation.

TARIF

Présentiel

- Journée 1 : 170 € TTC
- Journée 2 à 6 : 220 € TTC
- Coursus certifiant niveau 1 : 1270 € TTC

Distanciel

- Journée 1 : 150 € TTC
- Journée 2 à 6 : 190 € TTC
- Coursus certifiant niveau 1 : 1100 € TTC

Financement par un organisme ou par une entreprise : devis sur demande.



MODULE 1 - 6 JOURS

INITIATION À L'ALIMENTATION PREVENTIVE ET POSITIVE

Cette initiation de 6 jours est destinée aux personnes souhaitant développer leurs connaissances nutritionnelles dans l'objectif d'optimiser leur santé par l'alimentation, tout en considérant les enjeux environnementaux actuels et futurs. Chaque journée est accessible de manière indépendante. Il est donc possible de participer à tout ou partie de la formation selon vos objectifs ou vos affinités.

TOUT PUBLIC

Journée 1.1

Comment adopter une alimentation préventive, considérant autant les enjeux de santé qu'environnementaux ?

Durée : 7 heures

Cette journée est ouverte à tous les publics souhaitant découvrir les conseils-clés pour adopter une alimentation respectueuse de la santé et de l'environnement. Elle allie de nombreux conseils pratiques aux dernières connaissances scientifiques, pour une application concrète au quotidien. Elle vous aide également à dénouer la part du vrai et du faux au sein de la cacophonie nutritionnelle actuelle.

Programme :

- Pourquoi mange-t-on ?
- En quoi les maladies chroniques sont-elles une conséquence logique du mode de vie occidental ? Représentent-elles une conséquence inéluctable de nos modes de vie ?
- Comment adopter les gestes d'une alimentation respectueuse de sa santé et de l'environnement : savoir choisir les bons modes de culture et d'élevage, les modes de conservation, de préparation et de cuisson des aliments.
- Comment organiser ses repas au cours de la journée et établir un menu équilibré ?
- Faites le ménage de printemps ! Que mettre dans ses placards et son réfrigérateur ?
- Comment atteindre et/ou maintenir son poids de forme ?

TOUT PUBLIC

Journée 1.2

De l'hormèse à l'inflammation de « bas-grade », comment l'alimentation influence-t-elle sur les risques de pathologies chroniques ?

Durée : 7 heures

Cette journée d'enseignement permet de découvrir la façon dont l'environnement module l'expression des gènes, donc ses effets sur le maintien d'une santé optimale ou au contraire sur les risques d'apparition de pathologies chroniques. Elle présente également l'impact de l'alimentation sur le métabolisme des 7 piliers nutritionnels et sur la gestion positive de l'inflammation.

Programme :

- Comprendre les effets de l'environnement sur l'expression des gènes, l'épigénétique.
- L'effet hormèse ou « l'inflammation positive »
- L'inflammation de bas-grade, le terreau des maladies chroniques.
- Les 7 piliers nutritionnels, quels sont leurs liens avec la santé et les maladies ? L'équilibre immunitaire, l'équilibre insulinaire, l'écosystème intestinal, les xénobiotiques, l'équilibre oxydatif, l'équilibre mitochondrial, l'inflammation positive.
- En synthèse, quel modèle alimentaire de référence proposer au quotidien ?





TOUT PUBLIC

Journée 1.3

Santé individuelle et respect de l'environnement, en quoi les réponses nutritionnelles sont-elles les mêmes ?

Durée : 7 heures

Cette journée de sensibilisation présente les effets systémiques du modèle alimentaire actuel (modes de culture, d'élevage et de transformation des aliments, sélection des filières). Elle met en évidence les solutions permettant de répondre autant aux objectifs nutritionnels individuels de santé qu'aux enjeux environnementaux collectifs à moyen et long terme.

Programme :

- Perte de biodiversité et réchauffement climatique, où en sommes-nous en 2021 et quels sont les enjeux à l'horizon 2050 ?
- Quelle est la place du système alimentaire dans les enjeux environnementaux ?
- Réduire sa consommation de viande est-elle LA solution ?
- Peut-on être vegan ou végétalien et manger équilibré ? Quelles sont les précautions à prendre ?
- Pesticides, perturbateurs endocriniens, additifs, métaux lourds, etc. : quelle est la place de l'alimentation dans la pollution (de l'organisme et de la planète) ? Suffit-il de manger bio ?
- Quels modes de culture et d'élevage privilégier ?
- Circuits courts, permaculture et agro-écologie : en quoi s'intègrent-ils dans une solution holistique ?
- La charte des Colibris de la Nutrition Positive.

TOUT PUBLIC

Journée 1.4

Régimes, modes alimentaires et cacophonie nutritionnelle, que dit la science en 2021 ?

Durée : 7 heures

Cette journée d'enseignement analyse la pertinence des modes alimentaires couramment évoqués, en s'appuyant sur les dernières connaissances scientifiques. Elle permet ainsi d'acquérir un regard critique sur le discours nutritionnel ambiant.

Programme :

- Véganisme
- Flexitarisme
- Les produits laitiers sont-ils nos amis ou nos ennemis pour la vie ?
- Le gluten est-il responsable de tous les maux ?
- Les différents jeûnes : intermittent, 16/8, 5/2, thérapeutique
- La restriction calorique
- Le régime cétogène, une révolution biologique ?
- Que penser de l'alimentation paléolithique ?
- Les méthodes amincissantes





TOUT PUBLIC

Journée 1.5

Étiquetage et compléments alimentaires, comment les interpréter et faire le bon choix en toute indépendance ?

Durée : 7 heures

Cette formation vous apporte les connaissances nécessaires et les astuces pour apprendre à décrypter les étiquettes alimentaires. Elle vous initie également à la micronutrition et au bon choix des compléments alimentaires, sans influence des laboratoires.

Programme :

- Les compléments alimentaires sont-ils devenus une nécessité ou un piège commercial, potentiellement dangereux ?
- Quels sont les compléments alimentaires reconnus comme efficaces et utiles ?
- Aliments et compléments alimentaires : apprendre à décrypter une étiquette et à déjouer les pièges du marketing agro-alimentaire
- Ateliers pratiques d'analyse d'étiquettes

TOUT PUBLIC

Journée 1.6

Découvrir les outils et applications de personnalisation des programmes nutritionnels

Durée : 7 heures

Cette journée d'enseignement présente les principaux outils et applications de personnalisation des programmes nutritionnels. Elle est destinée aux personnes souhaitant optimiser leur santé grâce à une alimentation ciblée, voire aux professionnels souhaitant s'initier aux grands principes du conseil personnalisé.

Programme :

- Comment identifier les déficits nutritionnels, voire les carences, à partir de l'analyse de l'alimentation et de l'état de santé ?
- Comment s'appuyer sur le mode de vie pour identifier d'éventuels déséquilibres nutritionnels (forme générale, qualité du sommeil, gestion des émotions, troubles fonctionnels, etc.) ?
- Que penser de la biologie nutritionnelle (analyses de sang, d'urines, de salive, etc.) ?
- Comment l'intelligence artificielle et les algorithmes nutritionnels peuvent-ils nous aider à définir des programmes alimentaires personnalisés ?





Initiation

NIVEAU 1



MODULE 1 INITIATION À L'ALIMENTATION PREVENTIVE ET POSITIVE

Module concerné	Tarif	Public	Paris	Lausane
Journée 1.1 : Comment adopter une alimentation préventive, considérant autant les enjeux de santé qu'environnementaux ?	170€ en présentiel 150€ en distanciel	TOUT PUBLIC	26 mars 2021 - 24 septembre 2021	27 mai 2021
Journée 1.2 : De l'hormèse à l'inflammation de bas-grade, en quoi l'alimentation influe-t-elle sur les risques de pathologies chroniques ?			27 mars 2021 - 25 septembre 2021	28 mai 2021
Journée 1.3 : Santé individuelle et respect de l'environnement, en quoi les réponses nutritionnelles sont-elles les mêmes ?			28 mars 2021 - 26 septembre 2021	29 mai 2021
Journée 1.4 : Régimes, modes alimentaires et cacophonie nutritionnelle, que dit la science en 2021 ?	220€ en présentiel 190€ en distanciel		07 mai 2021 - 03 décembre 2021	08 octobre 2021
Journée 1.5 : Étiquetage et compléments alimentaires, comment les interpréter et faire le bon choix en toute indépendance ?			08 mai 2021 - 04 décembre 2021	09 octobre 2021
Journée 1.6 : Découvrir les outils et applications de personnalisation des programmes nutritionnels			09 mai 2021 - 05 décembre 2021	10 octobre 2021



NIVEAU 2



Conseiller en Alimentation Holistique





Professionnel

NIVEAU 2



La **certification de Conseiller en Alimentation Holistique** est destinée aux professionnels (santé, sport, alimentation, bien-être) souhaitant intégrer le conseil alimentaire dans leur pratique (hors pathologies). Cet enseignement associe les dernières connaissances scientifiques fondamentales avec l'acquisition des compétences pratiques nécessaires à un conseil efficace.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES DE LA CERTIFICATION DE NIVEAU 2

- Maîtriser les fondamentaux de la biochimie nutritionnelle et de la physiologie digestive.
- Connaître les grands principes de la nutrition, du métabolisme et de la micronutrition.
- Découvrir le fonctionnement de l'immunité, l'impact de l'état nutritionnel sur sa régulation afin de mieux comprendre les désordres immunitaires et les solutions nutritionnelles associées.
- Comprendre la place centrale du fonctionnement mitochondrial et de la régulation du stress oxydatif sur la santé cellulaire : principe d'hormèse, implication dans l'évolution du vivant et dans l'émergence de troubles fonctionnels, voire des maladies chroniques.
- Appréhender les facteurs nutritionnels et environnementaux intervenant sur la régulation de l'inflammation.
- Développer son esprit critique en apprenant à interpréter les différents types d'études scientifiques.
- S'initier à la biologie nutritionnelle et fonctionnelle : apprendre à interpréter les principaux marqueurs nutritionnels.
- Savoir utiliser les outils de recueil et d'analyse de données nutritionnelles.
- Réaliser un bilan alimentaire personnalisé en dehors de toute pathologie.
- Maîtriser les principaux rôles du microbiote intestinal, les facteurs et les conséquences d'une dysbiose pour définir les solutions nutritionnelles adaptées.
- Identifier les différents facteurs de contamination alimentaire, leurs impacts sur la santé et les protocoles visant à réduire la charge en xénobiotiques.
- Connaître les principaux jeûnes pratiqués, leur pertinence scientifique, leurs limites et les contre-indications.
- Acquérir les connaissances nécessaires pour objectiver la qualité des compléments alimentaires, la biodisponibilité des actifs utilisés et leurs précautions d'usage, sans être influencé par les laboratoires.
- Apprendre les mécanismes à l'origine du surpoids ou de l'obésité et les solutions nutritionnelles respectueuses de la santé.
- Adapter l'alimentation selon le type d'activité physique pratiquée, dans une optique de prévention de la santé.
- Savoir définir des stratégies nutritionnelles visant à optimiser les performances au quotidien et lors d'une épreuve sportive.
- Découvrir l'alimentation de la femme enceinte et de l'enfant. Identifier les suppléments pertinents et les précautions d'usage.
- Apprendre les différentes techniques de cuisine permettant de mettre en œuvre une alimentation saine au quotidien.

PRÉ-REQUIS

- En dehors de tout souhait de certification : aucun pré-requis. Pour une meilleure compréhension du contenu, il est toutefois conseillé d'avoir suivi le module 1.
- Candidat(e) à la certification : être titulaire (ou suivre la formation en cours) de la certification de niveau 1 (Initiation à l'Alimentation Préventive et Positive), être diététicien-nutritionniste ou titulaire d'un diplôme universitaire en nutrition.

DURÉE

18 jours (126 heures)





Professionnel

NIVEAU 2



PUBLIC

- Professionnels de la santé, de l'alimentation, du sport et du bien-être ou toute personne souhaitant le devenir.
- Tout public désireux d'approfondir ses connaissances personnelles.

Chaque journée de formation peut être suivie indépendamment et réalisée en présentiel ou en distanciel au choix.

CONDITION D'OBTENTION DE LA CERTIFICATION

- Certification de niveau 1 (**Initiation à l'Alimentation Préventive et Positive**).
- Participation à chaque module et validation par un QCM.
- Examen : étude de cas.
- Soutenance : présentation d'un cas pratique ayant fait l'objet d'un accompagnement par le candidat lors de son cursus.

TARIF

Tarif Présentiel

- 240 € TTC la journée
- 540 € TTC les modules de 2 jours
- 790 € TTC les 3 jours de formation (au choix)
- 3 790 € TTC le module complet du niveau 2
- 3 490 € TTC en cas de participation aux niveaux 1 et 2 (soit un coût total de 4 980 € TTC pour les 24 jours)

Tarif Distanciel

- 210 € TTC la journée
- 510 € TTC les modules de 2 jours
- 750 € TTC les 3 jours de formation (au choix)
- 3 690 € TTC le module complet du niveau 2

Financement par un organisme de formation ou une entreprise : devis sur demande.





Professionnel

NIVEAU 2



MODULE 2 - 7 JOURS MAÎTRISER LES FONDAMENTAUX

Ce module de 7 jours de formation développe les principes fondamentaux de la nutrition et de la biologie nutritionnelle : diététique, biochimie métabolique et structurale, biologie cellulaire, physiologie et nutrition fonctionnelle, micronutrition. Il est recommandé d'avoir réalisé l'**Initiation à l'Alimentation Préventive et Positive** pour suivre cette formation.

PROS

TOUT PUBLIC

Journée 2.1

Les fondamentaux de la biologie nutritionnelle et de la physiologie digestive

Durée : 7 heures

Cette journée d'enseignement apporte les fondamentaux de la biologie nutritionnelle et de la physiologie digestive.

Programme :

- Organisation de la cellule
- Grands principes de biologie nutritionnelle
- Bases de biochimie structurale et métabolique
- Principales voies métaboliques et énergétiques
- Physiologie digestive

PROS

TOUT PUBLIC

Journées 2.2

Les fondamentaux de la nutrition fonctionnelle (2 jours)

Durée : 14 heures

Cet enseignement de 2 jours permet de maîtriser les grands principes de la nutrition et de la micronutrition sous un angle fonctionnel : les principaux rôles des nutriments, les sources alimentaires, les signes de déficits et les solutions pour optimiser le statut nutritionnel au quotidien.

Programme :

Journée 1 :

- Macronutriments : glucides, lipides, protéines, fibres
- Le pilier insulinique
- Métabolisme de base et facteurs de variations des besoins énergétiques
- L'impédancemétrie

Journée 2 :

- Principaux micronutriments : vitamines, minéraux, oligo-éléments, principes actifs végétaux, acides aminés et peptides fonctionnels, pré- et probiotiques
- L'équilibre acido-basique





Professionnel

NIVEAU 2

PROS

TOUT
PUBLIC

Journée 2.3

Les bases du fonctionnement immunitaire

Durée : 7 heures

Cette formation développe les grands principes de fonctionnement de l'immunité afin de mieux comprendre les désordres immunitaires et les solutions nutritionnelles associées.

Programme :

- Le pilier immunitaire
- L'immunité innée
- L'immunité adaptative
- Maladies auto-immunes
- Hypersensibilités et allergies alimentaires
- Immunodépression et pathologies chroniques
- Le typage lymphocytaire
- Que penser des tests d'hypersensibilité alimentaire ?
- Quelles sont les solutions nutritionnelles permettant d'optimiser le fonctionnement immunitaire ?

PROS

TOUT
PUBLIC

Journée 2.4

Hormèse mitochondriale et stress oxydatif, du principe d'évolution du vivant à l'émergence de pathologies chroniques

Durée : 7 heures

Cette journée détaille l'impact des fonctions mitochondriales et de la régulation du stress oxydatif sur la santé cellulaire.

Elle permet de comprendre ce qu'est le principe d'hormèse, son implication dans l'évolution du vivant lorsqu'il est régulé positivement, mais également dans l'émergence de troubles fonctionnels et de maladies chroniques lorsqu'il n'est plus contrôlé.

Programme :

- Le principe d'hormèse
- Les facteurs d'homéostasie cellulaire
- Le pilier mitochondrial
- Le pilier oxydatif et les espèces radicalaires
- Facteurs environnementaux à l'origine d'une altération des fonctions mitochondriales et de la régulation oxydative. Principaux troubles et pathologies associés.





Professionnel

NIVEAU 2

PROS

TOUT
PUBLIC

Journée 2.5

De l'hormèse à l'inflammation de bas-grade, comment expliquer les maladies chroniques modernes ?

Durée : 7 heures

Cette formation présente les différents facteurs nutritionnels et environnementaux intervenant sur la régulation de l'inflammation. Elle développe également les mécanismes permettant d'expliquer les rôles de l'inflammation dans les pathologies chroniques et les solutions nutritionnelles pour la réguler de manière positive.

Programme :

- Principes de régulation de l'inflammation
- De l'inflammation aiguë à l'inflammation chronique
- L'inflammation de bas-grade
- Organokines, cytokines et médiateurs de l'inflammation
- Principaux troubles et pathologies chroniques en lien avec une inflammation de bas-grade

PROS

TOUT
PUBLIC

Journée 2.6

Nourrir et développer... son esprit critique !

Durée : 7 heures

Cet enseignement présente les méthodologies utilisées lors d'études scientifiques et les outils pour mieux les comprendre. Il permet d'apprendre à interpréter avec objectivité la littérature scientifique afin de développer son analyse critique vis-à-vis des actualités nutritionnelles.

Programme :

- Qu'est-ce qu'une étude scientifique ?
- Les différents niveaux de preuve scientifique : de l'étude d'observation à la méta-analyse.
- Apprendre à (bien) interpréter une étude scientifique.
- Comment être efficace dans sa recherche de littérature scientifique ?
- Apprendre à rédiger un mémoire bibliographique.





Professionnel

NIVEAU 2



MODULE 2 MAÎTRISER LES FONDAMENTAUX

Module concerné	Tarif	Public	Paris
Journée 2.1 : Les fondamentaux de la biochimie nutritionnelle et de la physiologie digestive	240€ en présentiel 210€ en distanciel	<div style="text-align: center;"> <p>TOUT PUBLIC</p> <p>PROS</p> </div>	22 avril 2021
Journée 2.2 : Les fondamentaux de la nutrition fonctionnelle	540€ en présentiel 510€ en distanciel		23 et 24 avril 2021
Journée 2.3 : Les bases du fonctionnement Immunitaire			11 juin 2021
Journée 2.4 : Hormèse mitochondriale et stress oxydatif, du principe d'évolution du vivant à l'émergence de pathologies chroniques	240€ en présentiel		12 juin 2021
Journée 2.5 : De l'hormèse à l'inflammation de bas-grade, comment expliquer les maladies chroniques modernes ?	210€ en distanciel		13 juin 2021
Journée 2.6 : Nourrir et développer... son esprit critique !			09 juillet 2021





Professionnel

NIVEAU 2



MODULE 3 - 4 JOURS LES OUTILS DE SUIVI NUTRITIONNEL

Ce module de 3 jours d'enseignement permet de s'initier à l'utilisation des outils de suivi nutritionnel à visée professionnelle. Il permet également de découvrir la méthodologie nécessaire à l'intégration du conseil alimentaire dans sa pratique.

Il est recommandé d'avoir réalisé les modules 1 et 2 pour suivre cette formation.

PROS

Journées 3.1

S'initier à la biologie nutritionnelle et fonctionnelle (2 jours)

Durée : 14 heures

Cet enseignement de 2 jours permet de découvrir et d'intégrer la biologie nutritionnelle dans sa pratique. Il présente les principaux marqueurs nutritionnels, leur interprétation et les solutions nutritionnelles pour les rétablir en cas de déséquilibre.

Programme :

Journée 1 :

- Les marqueurs de biologie nutritionnelle
- Le profil en acides gras
- Le bilan de stress oxydatif
- Le bilan cardio-vasculaire
- Le bilan thyroïdien
- Le typage lymphocytaire
- Outils d'analyse du microbiote intestinal et de l'hyperperméabilité intestinale
- Les métabolites urinaires organiques
- Autres marqueurs nutritionnels

Journée 2 :

- Cas pratiques

PROS

Journées 3.2

La consultation nutritionnelle (2 jours)

Durée : 14 heures

Ce module présente la méthodologie de réalisation des bilans nutritionnels et de leur suivi. La formation développe également les outils pratiques à disposition du professionnel pour analyser avec précision les apports alimentaires et définir des protocoles personnalisés.

Programme :

Journée 1 :

- Savoir utiliser les outils de recueil et d'analyse de données nutritionnelles
- Outils manuels
- Applications
- Algorithmes d'aide au diagnostic nutritionnel
- Cas pratiques

Journée 2 :

- La consultation nutritionnelle
- Organiser et structurer sa consultation
- Les anamnèses nutritionnelles et alimentaires
- Définir et rédiger son programme nutritionnel
- Cas pratiques





Professionnel

NIVEAU 2



MODULE 3 LES OUTILS DE SUIVI NUTRITIONNEL

Module concerné	Tarif	Public	Paris
Journée 3.1 : S'initier à la biologie nutritionnelle et fonctionnelle	540€ en présentiel	PROS	10 et 11 juillet 2021
Journée 3.2 : La consultation nutritionnelle	510€ en distanciel		10 et 11 avril 2021 - 21 et 22 janvier 2022





Professionnel

NIVEAU 2



MODULE 4 - 7 JOURS PROGRAMMES SPECIFIQUES

Ce module de 7 jours aborde les principales situations pouvant nécessiter une personnalisation de l'alimentation, hors pathologies. Chaque journée d'enseignement développe la place de l'état nutritionnel dans ces situations et les solutions associées.

Il est recommandé d'avoir suivi l'**Initiation à l'Alimentation Préventive et Positive** (surtout les journées 1.1 et 1.2).

PROS

TOUT PUBLIC

Journée 4.1

Le microbiote intestinal, de la santé optimale aux maladies inflammatoires chroniques

Durée : 7 heures

Cette formation présente l'état des connaissances actuelles sur le microbiote intestinal, l'importance de son équilibre sur la santé et les liens possibles d'une dysbiose avec les maladies chroniques. Elle allie les connaissances issues des dernières publications scientifiques avec les conseils pratiques destinés à maintenir ou à restaurer un écosystème intestinal optimal.

Programme :

- Le pilier intestinal
- Principales fonctions du microbiote intestinal
- Impacts de l'alimentation et du mode de vie sur l'équilibre intestinal
- Le triptyque DHI : dysbiose – hyperperméabilité – inflammation de bas-grade
- Les troubles et pathologies de la sphère intestinale : syndrome de l'intestin irritable, colopathie fonctionnelle, SIBO, maladie de Crohn, rectocolite hémorragique.
- Quelle est la responsabilité du gluten et des produits laitiers dans la dysbiose et l'hyperperméabilité intestinale ?
- Que penser des prébiotiques, probiotiques et compléments alimentaires à visée intestinale ?
- Les protocoles alimentaires spécifiques : régimes d'épargne digestive, régimes d'éviction, sans FODMAPS, etc.
- Cas pratiques

PROS

TOUT PUBLIC

Journée 4.2

Sommes-nous tous intoxiqués par les xénobiotiques ? Que penser du jeûne ?

Durée : 7 heures

Cette formation présente les différents facteurs de contamination alimentaire, leurs impacts sur la santé et les protocoles visant à réduire la charge en xénobiotiques.

Programme :

- Que sont les xénobiotiques ?
- Les contaminants : additifs, biocides, perturbateurs endocriniens, métaux lourds, autres contaminants
- Quelles sont les solutions nutritionnelles validées et les méthodes complémentaires ?
- Le jeûne : des dernières connaissances à sa mise en pratique, quels sont ses intérêts et ses points de vigilance, voire ses contre-indications ?
- Cas pratiques





PROS

Journée 4.3

Intégrer la micronutrition dans sa pratique professionnelle, en toute indépendance

Durée : 7 heures

Cette formation développe la place de la micronutrition dans la pratique professionnelle. Elle rappelle les rôles des principaux micronutriments sur la santé, mais permet surtout d'acquérir les connaissances nécessaires pour objectiver la qualité des compléments alimentaires, en toute indépendance et sans influence des laboratoires.

Programme :

- Réglementation des compléments alimentaires et des produits diététiques en France.
- Rappels sur les principaux micronutriments et actifs végétaux à visée nutritionnelle utilisés dans les compléments alimentaires.
- Comment utiliser la biologie nutritionnelle et l'anamnèse pour établir un protocole de supplémentation personnalisé et en toute sécurité ?
- Critères de choix, biodisponibilité et précautions d'usage des principaux ingrédients nutritionnels.
- Ateliers pratiques :
 - Analyse de compléments alimentaires
 - Protocoles de supplémentation

PROS

TOUT PUBLIC

Journée 4.4

**En quoi l'obésité est-elle une maladie inflammatoire chronique ?
Les solutions pour mincir durablement, dans le respect de la santé et avec plaisir.**

Durée : 7 heures

Cette journée de formation à la gestion du poids apporte des solutions concrètes pour mincir efficacement et de manière respectueuse de la santé. Elle présente les mécanismes à l'origine de l'installation du surpoids et les solutions nutritionnelles pour maintenir un poids de forme physiologique.

Programme :

- Pourquoi grossit-on ?
- Étiologies du surpoids et de l'obésité
- Conséquences sur la santé
- En quoi l'obésité est-elle une maladie inflammatoire chronique ?
- Les produits transformés sont-ils responsables ?
- Émotions et obésité
- En pratique, quelles sont les solutions nutritionnelles ?
- Pratiques complémentaires (gestion des émotions, activité physique, hypnose, etc.)
- Cas pratique





Professionnel

NIVEAU 2

PROS

TOUT
PUBLIC

Journée 4.5

Comment associer nutrition et activité physique dans une optique de santé ?

Durée : 7 heures

Cette formation présente les solutions nutritionnelles permettant d'adapter l'alimentation selon le type d'activité physique pratiquée.

Programme :

- Bénéfices de l'activité physique sur la santé
- Quelle est la place de l'activité physique dans la prévention primaire et secondaire ?
- Principales pathologies associées à la pratique sportive
- Rappels sur les principales filières énergétiques à l'effort
- Comment adapter l'alimentation en fonction des principales pratiques d'activité physique et des différentes populations ?
- Cas pratiques

PROS

TOUT
PUBLIC

Hors cursus

Comment associer nutrition dans un objectif d'optimisation des performances sportives ?

Durée : 7 heures

Cette formation développer les différentes stratégies nutritionnelles visant à optimiser les performances au quotidien et lors d'une épreuve sportive, dans le respect de la santé.

Programme :

- De l'optimisation des performances au surentraînement. Quelle est la place de la nutrition dans l'adaptation attendue de l'entraînement ?
- Les différentes méthodes de périodisation nutritionnelle
- Adaptation de l'alimentation selon la programmation d'entraînement
- Nutrition et prévention des blessures
- Régimes cétogène et vegan : sont-ils synonymes de performances et de santé ?
- Ergogènes et composés visant à optimiser les performances (créatine, BCAA, leucine, etc.)
- Optimiser la prise de masse musculaire
- Stratégies nutritionnelles dans le cadre d'épreuves sportives
- Cas pratiques





PROS

TOUT
PUBLIC

Journée 4.6

Nutrition de la femme enceinte et allaitante. Alimentation du nourrisson à l'adolescent

Durée : 7 heures

Cette formation présente les besoins nutritionnels et micronutritionnels de la femme enceinte, ainsi que l'alimentation de l'enfant en pleine croissance.

Programme :

- Physiologie et physiopathologie de la grossesse
- Besoins nutritionnels à chaque stade de la grossesse
- Les aliments à favoriser et à éviter
- Le diabète gestationnel
- Besoins nutritionnels spécifiques en cas d'allaitement
- Besoins nutritionnels du nourrisson et laits maternisés
- La diversification alimentaire
- Alimentation de l'enfant
- Troubles nutritionnels chez l'enfant et l'adolescent
- Cas pratiques

PROS

TOUT
PUBLIC

Journée 4.7

Aux fourneaux ! Comment mettre en pratique une alimentation respectueuse de la santé et de l'environnement ?

Durée : 7 heures

Cette journée apporte de nombreux conseils pratiques pour mettre en œuvre une alimentation saine au quotidien.

Programme :

- Modes de cuisson, de préparation et de conservation
- Ustensiles et matériel de cuisine respectueux de la santé
- Où faire ses courses ?
- Comment s'organiser en cuisine ?
- Astuces pratiques pour cuisiner les principales catégories d'aliment
- Intégrer les pépites nutritionnelles dans son alimentation quotidienne
- Le batch cooking
- Cuisiner végétal
- Cuisiner 0 déchets et préparer ses conserves
- Goûter pour les enfants (et les plus grands !)





Professionnel

NIVEAU 2



PROS

4.8 Hors cursus

Comment intégrer la nutrition dans la pratique médicale ?

Durée : 7 heures

Cette formation est réservée aux médecins souhaitant intégrer le conseil nutritionnel dans leur pratique médicale.

Programme :

- Pourquoi intégrer la nutrition dans sa pratique médicale ?
- Quelle est la place de la nutrition et de la micronutrition en prévention primaire et secondaire ?
- Les fondamentaux de la biologie nutritionnelle
- Comment organiser son temps d'entretien nutritionnel ?
- Principaux protocoles

PROS

4.9 Hors cursus

Comment intégrer la nutrition dans le conseil officinal ?

Durée : 7 heures

Cette formation est spécifiquement dédiée aux pharmaciens et préparateurs souhaitant intégrer le conseil nutritionnel dans leur pratique officinale..

Programme :

- Pourquoi intégrer la nutrition dans sa pratique officinale ?
- Quelle est la place de la nutrition et de la micronutrition en prévention primaire et secondaire ?
- Introduction à la biologie nutritionnelle
- En pratique, comment organiser la nutrition dans son conseil ?
- Principaux protocoles





Professionnel

NIVEAU 2



MODULE 4 PROGRAMMES SPECIFIQUES

Module concerné	Tarif	Public	Paris	
Journée 4.1 : Le microbiote intestinal, de la santé optimale aux maladies inflammatoires chroniques		TOUT PUBLIC	10 septembre 2021	
Journée 4.2 : Sommes-nous tous intoxiqués par les xénobiotiques ? Que penser du jeûne ?		PROS	11 septembre 2021	
Journée 4.3 : Intégrer la micronutrition dans sa pratique professionnelle, en toute indépendance		PROS	12 septembre 2021	
Journée 4.4 : Pourquoi l'obésité est une maladie inflammatoire chronique ? Les solutions pour mincir durablement, dans le respect de la santé				16 décembre 2021
Journée 4.5 : Comment associer nutrition dans un objectif d'optimisation des performances ?		240€ en présentiel		02 juin 2021 - 13 janvier 2022
Journée 4.5B (hors cursus) Comment associer nutrition et activité physique dans une optique de santé ?		210€ en distanciel	TOUT PUBLIC	03 juin 2021 - 14 janvier 2022
Journée 4.6 : Nutrition de la femme enceinte, allaitante, du nourrisson à l'adolescent			PROS	20 octobre 2021
Journée 4.7 : Aux fourneaux ! Comment mettre en pratique une alimentation respectueuse de la santé et de l'environnement ?				21 octobre 2021
Journée 4.8 - Pharmacien (hors cursus) Comment intégrer la nutrition dans le conseil officinal ?				22 octobre 2021
Journée 4.9 - Médecin (hors cursus) Comment intégrer la nutrition dans la pratique médicale ?				04 juin 2021



NIVEAU 3



Conseiller en Nutrition Durable



La certification de **Conseiller en Nutrition Durable** est destinée aux professionnels de la santé détenteurs de la certification de niveau 2 (**Conseiller en Alimentation Holistique**) et souhaitant spécialiser leur pratique professionnelle. Cet enseignement apporte les connaissances nécessaires à une meilleure compréhension de la physiopathologie nutritionnelle des principales maladies chroniques dans le but d'établir des protocoles personnalisés. La certification permet également d'accéder à des thématiques dites expertes, à des réunions de pairs et de faire partie de l'annuaire des professionnels référents de la Nutrition Positive. Certaines journées sont également accessibles aux personnes non professionnelles et souhaitant acquérir des informations détaillées sur la thématique ciblée.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES DE LA CERTIFICATION DE NIVEAU 3

- Intégrer l'accompagnement nutritionnel des pathologies chroniques dans sa pratique professionnelle.
- Savoir établir des protocoles nutritionnels et micronutritionnels des principales pathologies chroniques : rappels de physiopathologie, rôles du statut nutritionnel dans l'émergence ou l'évolution de ces pathologies, protocoles nutritionnels, identification des compléments alimentaires adaptés et précautions d'usage :
 - Troubles métaboliques (diabète, stéatose hépatique, syndrome métabolique).
 - Maladies cardiovasculaires.
 - Troubles de l'immunité : immunodépression, maladies auto-immunes, allergies et hypersensibilités.
 - Prévention et accompagnement des traitements contre le cancer.
 - Nutrition du cerveau et pathologies associées (stress, dépression, burn-out, maladies neurodégénératives, TDA/H, autisme).
 - Pathologies du vieillissement et troubles hormonaux (arthrose, ostéoporose, maladies neurodégénératives, DMLA, ménopause, troubles de la thyroïde, etc.).
 - Infections froides et maladie de Lyme (borréliose)
 - Nutrition et santé de la femme (syndrome prémenstruel, endométriose, SOPK, fertilité)

PRÉ-REQUIS

- Candidat(e) à la certification : être titulaire de la certification de niveau 2 (**Conseiller en Alimentation Holistique**).
- Toute personne non désireuse d'obtenir la certification peut accéder aux modules de son choix, sans prérequis (pour une meilleure compréhension du contenu, il est toutefois conseillé d'avoir participé aux journées 1.2, 2.2, 2.4, 2.5, 3 et 4.1).

DURÉE

8 jours (56 heures)

PUBLIC

Professionnels de la santé (médecins, diététiciens-nutritionnistes, kinésithérapeutes, pharmaciens, infirmiers, etc.).





NIVEAU 3



CONDITION D'OBTENTION DE LA CERTIFICATION

- Certification de niveau 2 (**Conseiller en Alimentation Holistique**).
- Participation à chaque module et validation par un QCM
- Examen :
 - Étude de cas par tirage au sort présenté devant un jury
 - Rédaction d'un mémoire

Les journées de formation peuvent être suivies indépendamment les unes des autres et réalisées au choix, en présentiel ou en distanciel.

TARIFS

Tarif Présentiel

- 270 € TTC la journée
- 790 € TTC les 3 jours de formation (au choix)
- 1 790 € TTC le module complet du niveau 3
- 990 € TTC en cas de participation à l'ensemble des niveaux 1, 2 et 3
- 5 970 € TTC pour le cursus complet comprenant l'ensemble des niveaux 1, 2 et 3.

Tarif Distanciel

- 230 € TTC la journée
- 750 € TTC les 3 jours de formation (au choix)
- 1 690 € TTC le module complet du niveau 3
- 900 € TTC en cas de participation à l'ensemble des niveaux 1, 2 et 3
- 5 970 € TTC pour le cursus complet comprenant l'ensemble des niveaux 1, 2 et 3.

Financement par un organisme ou par une entreprise : devis sur demande.



MODULE 5 - 8 JOURS

LES MALADIES DE CIVILISATION

Ce module de 8 jours est dédié aux professionnels de santé souhaitant maîtriser les principaux protocoles nutritionnels dans le cadre de leur pratique professionnelle. Il est toutefois recommandé d'avoir participé aux modules 1, 2 et 3 pour suivre cette formation.

Certaines journées sont également disponibles aux personnes non professionnelles souhaitant acquérir des informations détaillées sur la thématique ciblée.

PROS

TOUT PUBLIC

Journée 5.1

Les troubles métaboliques (diabète de type 2, stéatose hépatique, syndrome métabolique, etc.) sont-ils réversibles ?

Durée : 7 heures

Programme :

- Physiopathologie nutritionnelle des principaux troubles métaboliques
- Impacts du statut nutritionnel sur l'émergence et l'évolution des troubles métaboliques
- Biologie nutritionnelle et marqueurs à considérer
- Compléments alimentaires ciblés
- Protocoles nutritionnels et micronutritionnels
- Cas cliniques

PROS

TOUT PUBLIC

Journée 5.2

Les maladies cardiovasculaires

Durée : 7 heures

Programme :

- Physiopathologie nutritionnelle des principales maladies cardiovasculaires
- Impacts du statut nutritionnel sur l'émergence et l'évolution des maladies cardiovasculaires
- Que penser du cholestérol ?
- Biologie nutritionnelle et marqueurs à considérer
- Compléments alimentaires ciblés
- Protocoles nutritionnels et micronutritionnels
- Cas cliniques

PROS

TOUT PUBLIC

Journée 5.3

De l'immunodépression aux maladies auto-immunes

Durée : 7 heures

Programme :

- Physiopathologie des principaux troubles de l'immunité : immunodépression, maladies auto-immunes, hypersensibilités et allergies
- Impacts du statut nutritionnel sur l'émergence et l'évolution des troubles immunitaires
- Biologie nutritionnelle et marqueurs à considérer
- Compléments alimentaires ciblés
- Protocoles nutritionnels et micronutritionnels
- Cas cliniques

PROS

Journée 5.4

Nutrition et cancer

Durée : 7 heures

Programme :

- Physiopathologie nutritionnelle
- Impacts du statut nutritionnel sur l'émergence et l'évolution des cancers
- Jeûne et cancer
- Biologie nutritionnelle et marqueurs à considérer
- Compléments alimentaires ciblés
- Protocoles nutritionnels et micronutritionnels
- Cas cliniques





Expert

NIVEAU 3

PROS

TOUT
PUBLIC

Journée 5.5

Nutrition du cerveau et pathologies associées (stress, dépression, burn-out, maladies neurodégénératives, TDA/H, autisme)

Durée : 7 heures

Programme :

- Physiopathologie nutritionnelle
- Impacts du statut nutritionnel sur l'émergence et l'évolution des troubles
- Biologie nutritionnelle et marqueurs à considérer
- Compléments alimentaires ciblés
- Protocoles nutritionnels et micronutritionnels
- Cas cliniques

PROS

TOUT
PUBLIC

Journée 5.6

La place de la nutrition dans le vieillissement et les troubles hormonaux (arthrose, ostéoporose, ménopause, thyroïde, sarcopénie, DMLA, etc.)

Durée : 7 heures

Programme :

- Physiopathologie nutritionnelle
- Impacts du statut nutritionnel sur l'émergence et l'évolution des troubles
- Biologie nutritionnelle et marqueurs à considérer
- Compléments alimentaires ciblés
- Protocoles nutritionnels et micronutritionnels
- Cas cliniques

PROS

TOUT
PUBLIC

Journée 5.7

Maladie de Lyme (borréliose) et infections froides

Durée : 7 heures

Programme :

- Physiopathologie nutritionnelle
- Impacts du statut nutritionnel sur l'émergence et l'évolution des cancers
- Biologie nutritionnelle et marqueurs à considérer
- Compléments alimentaires ciblés
- Protocoles nutritionnels et micronutritionnels
- Cas cliniques

PROS

TOUT
PUBLIC

Journée 5.8

Nutrition et santé de la femme (syndrome prémenstruel, endométriose, SOPK, troubles de la fertilité)

Durée : 7 heures

Programme :

- Physiopathologie nutritionnelle
- Impacts du statut nutritionnel sur l'émergence et l'évolution des troubles
- Biologie nutritionnelle et marqueurs à considérer
- Compléments alimentaires ciblés
- Protocoles nutritionnels et micronutritionnels
- Cas cliniques



**MODULE 5
LES MALADIES DE CIVILISATION**

Module concerné	Tarif	Public	Paris	
Journée 5.1 : Les troubles métaboliques sont-ils réversibles ?	240€ en présentiel 210€ en distanciel	TOUT PUBLIC	18 novembre 2021	
Journée 5.2 : Les maladies cardiovasculaires		PROS	19 novembre 2021	
Journée 5.3 : De l'immunodépression aux maladies auto-immunes			20 novembre 2021	
Journée 5.4 : Nutrition et cancer		PROS	28 janvier 2022	
Journée 5.5 : Nutrition du cerveau et pathologies associées			29 janvier 2022	
Journée 5.6 : La place de la nutrition dans le vieillissement et les troubles hormonaux			TOUT PUBLIC	30 janvier 2022
			PROS	
Journée 5.7 : Maladie de Lyme (borréliose) et infections froides				13 mars 2021 - 26 mars 2022
Journée 5.8 : Nutrition et santé de la femme			27 mars 2022	



DOSSIER D'INSCRIPTION



MODULE 1

INITIATION À L'ALIMENTATION PREVENTIVE ET POSITIVE

Module concerné	Tarif	Public	Paris	Lausane
Journée 1.1 : Comment adopter une alimentation préventive, considérant autant les enjeux de santé qu'environnementaux ?	170€ en présentiel 150€ en distanciel	<div style="background-color: #f4a460; padding: 5px; text-align: center; font-weight: bold;">TOUT PUBLIC</div>	26 mars 2021 - 24 septembre 2021	27 mai 2021
Journée 1.2 : De l'hormèse à l'inflammation de bas-grade, en quoi l'alimentation influe-t-elle sur les risques de pathologies chroniques ?			27 mars 2021 - 25 septembre 2021	28 mai 2021
Journée 1.3 : Santé individuelle et respect de l'environnement, en quoi les réponses nutritionnelles sont-elles les mêmes ?			28 mars 2021 - 26 septembre 2021	29 mai 2021
Journée 1.4 : Régimes, modes alimentaires et cacophonie nutritionnelle, que dit la science en 2021 ?	220€ en présentiel 190€ en distanciel		07 mai 2021 - 03 décembre 2021	08 octobre 2021
Journée 1.5 : Étiquetage et compléments alimentaires, comment les interpréter et faire le bon choix en toute indépendance ?			08 mai 2021 - 04 décembre 2021	09 octobre 2021
Journée 1.6 : Découvrir les outils et applications de personnalisation des programmes nutritionnels			09 mai 2021 - 05 décembre 2021	10 octobre 2021

MODULE 2 MAÎTRISER LES FONDAMENTAUX

Module concerné	Tarif	Public	Paris
Journée 2.1 : Les fondamentaux de la biochimie nutritionnelle et de la physiologie digestive	240€ en présentiel 210€ en distanciel	<div style="background-color: #f4a460; padding: 5px; text-align: center; margin-bottom: 10px;">TOUT PUBLIC</div> <div style="background-color: #2e75b6; color: white; padding: 5px; text-align: center;">PROS</div>	22 avril 2021
Journée 2.2 : Les fondamentaux de la nutrition fonctionnelle	540€ en présentiel 510€ en distanciel		23 et 24 avril 2021
Journée 2.3 : Les bases du fonctionnement immunitaire			11 juin 2021
Journée 2.4 : Hormèse mitochondriale et stress oxydatif, du principe d'évolution du vivant à l'émergence de pathologies chroniques.			12 juin 2021
Journée 2.5 : Du principe d'hormèse à l'inflammation de bas-grade, comment expliquer les maladies chroniques modernes ?	240€ en présentiel 210€ en distanciel		13 juin 2021
Journée 2.6 : Nourrir et développer... son esprit critique !			09 juillet 2021



MODULE 3 LES OUTILS DE SUIVI NUTRITIONNEL

Module concerné	Tarif	Public	Paris
Journée 3.1 : S'initier à la biologie nutritionnelle et fonctionnelle	540€ en présentiel 510€ en distanciel	PROS	10 et 11 juillet 2021
Journée 3.2 : La consultation nutritionnelle			10 et 11 avril 2021 - 21 et 22 janvier 2022



MODULE 4 PROGRAMMES SPECIFIQUES

Module concerné	Tarif	Public	Paris	
Journée 4.1 : Le microbiote intestinal, de la santé optimale aux maladies inflammatoires chroniques		TOUT PUBLIC	10 septembre 2021	
Journée 4.2 : Sommes-nous tous intoxiqués par les Xénobiotiques ? Que penser du jeûne ?		PROS	11 septembre 2021	
Journée 4.3 : Intégrer la micronutrition dans sa pratique professionnelle, en toute indépendance		PROS	12 septembre 2021	
Journée 4.4 : Pourquoi l'obésité est une maladie inflammatoire chronique ? Les solutions pour mincir durablement, dans le respect de la santé				16 décembre 2021
Journée 4.5 : Comment associer nutrition dans un objectif d'optimisation des performances ?		240€ en présentiel		02 juin 2021 - 13 janvier 2022
Journée 4.5B (hors cursus) Comment associer nutrition et activité physique dans une optique de santé ?		210€ en distanciel	TOUT PUBLIC	03 juin 2021 - 14 janvier 2022
Journée 4.6 : Nutrition de la femme enceinte, allaitante, du nourrisson à l'adolescent			PROS	20 octobre 2021
Journée 4.7 : Aux fourneaux ! Comment mettre en pratique une alimentation respectueuse de la santé et de l'environnement ?				21 octobre 2021
Journée 4.8 - Pharmacien (hors cursus) Comment intégrer la nutrition dans le conseil officinal ?				22 octobre 2021
Journée 4.9 - Médecin (hors cursus) Comment intégrer la nutrition dans la pratique médicale ?				04 juin 2021

MODULE 5 LES MALADIES DE CIVILISATION

Module concerné	Tarif	Public	Paris
Journée 5.1 : Les troubles métaboliques sont-ils réversibles ?	240€ en présentiel 210€ en distanciel	TOUT PUBLIC	18 novembre 2021
Journée 5.2 : Les maladies cardiovasculaires		PROS	19 novembre 2021
Journée 5.3 : De l'immunodépression aux maladies auto-immunes			20 novembre 2021
Journée 5.4 : Nutrition et cancer		PROS	28 janvier 2022
Journée 5.5 : Nutrition du cerveau et pathologies associées			29 janvier 2022
Journée 5.6 : La place de la nutrition dans le vieillissement et les troubles hormonaux			30 janvier 2022
Journée 5.7 : Maladie de Lyme (borréliose) et infections froides			13 mars 2021 - 26 mars 2022
Journée 5.8 : Nutrition et santé de la femme			27 mars 2022

Si vous souhaitez participer à l'intégralité des modules et obtenir les certifications, nous vous invitons à cocher les cases correspondantes.

	Dates	Paris	Lausanne	Visio
Modules	Module 1	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Module 2	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
	Module 3	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
	Module 4	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
	Module 5	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
Certification	Certification niveau 1	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
	Certification niveau 2	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
	Certification niveau 3	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>

HORAIRES

09h00 - 12h30
 14h00 - 18h00

CONTACT

info@sante-et-nutrition.com
 07 83 94 08 58

Financement par un organisme ou par une entreprise : devis sur demande.



Si vous souhaitez participer uniquement à certaines journées de formation, cochez ici les cases correspondantes.

Module 1	Dates	Paris	Lausanne	Visio
	Journée 1.1	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Journée 1.2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Journée 1.3	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Journée 1.4	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Journée 1.5	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Journée 1.6	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Module 2	Dates	Paris	Lausanne	Visio
	Journée 2.1	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
	Journée 2.2	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
	Journée 2.3	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
	Journée 2.4	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
	Journée 2.5	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
	Journée 2.6	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>

HORAIRES

09h00 - 12h30
 14h00 - 18h00

CONTACT

info@sante-et-nutrition.com
 07 83 94 08 58

Financement par un organisme ou par une entreprise : devis sur demande.



Si vous souhaitez participer uniquement à certaines journées de formation, cochez ici les cases correspondantes.

	Dates	Paris	Lausanne	Visio
Module 3	Journée 3.1	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
	Journée 3.2	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>

Module 4	Journée 4.1	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
	Journée 4.2	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
	Journée 4.3	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
	Journée 4.4	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
	Journée 4.5	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
	<i>Journée complémentaire 4.5b</i>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
	Journée 4.6	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
	Journée 4.7	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
	<i>Journée complémentaire 4.8 - Médecin</i>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
	<i>Journée complémentaire 4.9 - Pharmacien</i>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>

HORAIRES

09h00 - 12h30
 14h00 - 18h00

CONTACT

info@sante-et-nutrition.com
 07 83 94 08 58

Financement par un organisme ou par une entreprise : devis sur demande.



Si vous souhaitez participer uniquement à certaines journées de formation, cochez ici les cases correspondantes.

Module 5	Dates	Paris	Lausanne	Visio
	Journée 5.1	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
	Journée 5.2	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
	Journée 5.3	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
	Journée 5.4	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
	Journée 5.5	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
	Journée 5.6	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
	Journée 5.7	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
	Journée 5.8	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>

HORAIRES

09h00 - 12h30
 14h00 - 18h00

CONTACT

info@sante-et-nutrition.com
 07 83 94 08 58

Financement par un organisme ou par une entreprise : devis sur demande.



INFORMATIONS

NOM : _____ PRÉNOM : _____

ADRESSE : _____

CODE POSTAL : _____ VILLE : _____

TÉLÉPHONE : _____ EMAIL : _____

PROFESSION : _____

DATE DE NAISSANCE : ___ / ___ / ___

FORMATION(S) EN NUTRITION DÉJÀ RÉALISÉE(S) :

DOCUMENTS À ENVOYER AVEC CE BULLETIN D'INSCRIPTION :

- Versement d'arrhes de 100 € par journée ou par virement bancaire (IBAN : FR76 3000 3013 4400 0270 0072 274 BIC SOGEFRPP – Société Générale).
- Dates de présence (cocher les modules qui vous intéressent)
- Lettre de motivation (pour les inscriptions aux certifications de niveau 2 et 3 uniquement)
- Conditions générales d'inscription signées et datées.

Dossier à renvoyer de préférence scanné, par mail, à l'adresse suivante : info@sante-et-nutrition.com / Objet : Dossier inscription ou à HEALTH'ACTIV– 6 Villeneuve – 44 390 NORT SUR ERDRE

HEALTH'ACTIV est enregistré en tant qu'organisme de formation sous le numéro 52440791444 et a été référencé par le système DATADOCK nécessaire à la prise en charge partielle ou totale du coût de la formation par les OPCO.

Les informations recueillies sur ce formulaire sont enregistrées dans un fichier informatisé par HEALTH'ACTIV pour enregistrer chaque inscription. Les données collectées seront communiquées aux seuls destinataires suivants : Anthony BERTHOU et Rémi CLEDEL. Les données sont conservées sans limite de durée. Vous pouvez accéder aux données vous concernant, les rectifier, demander leur effacement ou exercer votre droit à la limitation du traitement de vos données. (en fonction de la base légale du traitement, mentionner également : Vous pouvez retirer à tout moment votre consentement au traitement de vos données ; Vous pouvez également vous opposer au traitement de vos données ; Vous pouvez également exercer votre droit à la portabilité de vos données) Consultez le site cnil.fr pour plus d'informations sur vos droits. Pour exercer ces droits ou pour toute question sur le traitement de vos données dans ce dispositif, vous pouvez contacter (le cas échéant, notre délégué à la protection des données ou le service chargé de l'exercice de ces droits) : info@sante-et-nutrition.com. Si vous estimez, après nous avoir contactés, que vos droits « Informatique et Libertés » ne sont pas respectés, vous pouvez adresser une réclamation à la CNIL.



CONDITIONS GÉNÉRALES D'INSCRIPTION

Les présentes conditions générales d'inscription s'appliquent à l'ensemble des formations, stages et ateliers proposés par HEALTH'ACTIV.

1.1 CONDITIONS D'INSCRIPTION ET RÈGLEMENT DES PRESTATIONS

Lorsqu'une personne physique entreprend une formation ou un cours à titre individuel et à ses frais, l'inscription est prise en compte à réception du bulletin d'inscription dûment complété. Celui-ci doit être accompagné d'un chèque d'arrhes d'un montant correspondant aux conditions spécifiées sur ledit bulletin.

Pour faciliter l'organisation des formations et pour une communication efficace entre la société Health'Activ et le participant, ce dernier s'engage à délivrer une adresse mail valide à laquelle il recevra les informations nécessaires au bon déroulement de sa formation.

Le règlement (solde) doit obligatoirement intervenir dans sa totalité 15 jours avant le début de la formation. Dans le cas contraire, la société Health'Activ se réserve le droit de refuser l'inscription à la formation ou au cours. Une pénalité de retard au taux d'intérêt légal en vigueur pourra être appliquée pour toute somme demeurée impayée à son échéance, sans qu'il soit besoin d'une mise en demeure.

Les « tarifs réduits » proposés sur les formations professionnelles s'appliquent uniquement pour un règlement comptant de la somme totale due.

Le stagiaire est tenu de signer la feuille de présence mise à sa disposition au début de chaque formation.

1.2 CONDITIONS D'ANNULATION

Toute confirmation d'inscription est soumise aux conditions suivantes :

Une convocation qui n'aurait pas été reçue par le participant n'aura en aucun cas valeur d'annulation de l'inscription (les dates et les lieux de formation étant indiqués dès l'inscription).

Jusqu'à 15 jours : l'annulation totale d'une formation ou d'un cours est acceptée par écrit sans frais, excepté les frais de dossier.

De 14 à 11 jours : l'annulation totale d'une formation ou d'un cours est facturée à 25% de son prix.

De moins de 10 jours au jour 0 : l'annulation totale d'une formation ou d'un cours est facturée à 50% de son prix.

Une fois la formation ou le cours commencé, il est dû dans sa totalité.

Des frais de dossier d'un montant de 100 € par module seront systématiquement retenus, quel que soit le délai d'annulation.

La société Health'Activ se réserve le droit de reporter ou d'annuler une formation, de modifier le lieu de son déroulement, l'ordre ou le contenu de son programme, le choix des formateurs, si des circonstances indépendantes de sa volonté l'y obligent et/ou si le nombre de participants est insuffisant.

1.3 MOYENS TECHNIQUES ET RESPECT DES DROITS D'AUTEUR

La société Health'Activ met à la disposition du stagiaire les moyens matériels strictement nécessaires à la formation. En conséquence, le stagiaire s'interdit notamment d'introduire, dans quelque système informatisé que ce soit, des données qui ne seraient pas strictement liées et nécessaires à sa formation.

De la même façon, il s'interdit de falsifier, dupliquer, reproduire directement ou indirectement les logiciels, les progiciels, CDROMs, DVD ou tout autre support de cours mis à sa disposition pour les besoins de la formation et/ou auxquels il aura accès ainsi que de transmettre de quelque façon que ce soit des données propres au centre de formation.

Dans le respect de la protection des droits d'auteur et de la propriété intellectuelle, les enregistrements audio et vidéo sont autorisés uniquement par accord écrit entre le participant et la société Health'Activ.

1.4 INFORMATIONS PRATIQUES

Les frais d'hébergement, de restauration et de transport sont à la charge du participant.

Une attestation de formation peut être remise sur demande à chaque fin de cycle. Toute inscription implique la pleine acceptation des présentes conditions générales appliquant à toutes les formations dispensées par HEALTH'ACTIV.

HEALTH'ACTIV

Anthony Berthou



Ajouter la mention manuscrite

« Lu et approuvé – Bon pour accord »

À

Le

LA NUTRITION

www.sante-et-nutrition.com



P

PROXIMITÉ

Je privilégie les achats locaux et de saison



O

OBJECTIVITÉ

Je reste critique sur les modes et régimes alimentaires



S

SOLEIL

J'ai plaisir à être inventif dans ma cuisine



I

INTÉGRITÉ

Je respecte la matrice alimentaire en choisissant des produits non transformés



T

TERRE

J'encourage la permaculture et la suppression des contaminants alimentaires



I

INFORMATION

Je m'informe sur l'actualité nutritionnelle



V

VÉGÉTAUX

Je privilégie le régime méditerranéen et je réduis ma consommation de viande



E

ENGAGEMENT

J'agis pour la planète