



FORMATION PROFESSIONNELLE NUTRITION ET NUTRITHERAPIE 187H30 SYNCHRONES (PRESENCE OU DISTANCE) – 3125 FRS

Formation professionnelle à la nutrition et à la nutrithérapie pour :

- Connaître avec précision la manière d'utiliser l'alimentation et les compléments alimentaires :
 - à titre préventif, pour favoriser la santé.
 - comme une solution thérapeutique, pour répondre à un problème de santé
 - pour avoir les outils pour engager un dialogue sérieux avec les médecins
- Devenir un professionnel avec reconnaissance ASCA et avec label RME.

En plus d'une formation à un outil, vous serez formés à un véritable raisonnement global sur la santé et la maladie sous un angle fonctionnel, pour choisir de manière éclairée les bons aliments, bons micro-nutriments, les plantes adaptées...

L'acquisition de compétences est une priorité ; le savoir-faire thérapeutique est partagé. L'accent est mis sur l'analyse de cas thérapeutiques concrets et les solutions efficaces

Dynamique de formation

187h30 de formation avec contact avec le formateur (présentiel à Yverdon ou Distanciel synchrone via zoom)

2 entrées possibles en formation :

17 JOURS (Samedi ou dimanche) et 20 MERCREDIS SOIRS dès novembre 25

18 JOURS ET 18 MERCREDI SOIRS dès février 26

- Un support de cours détaillé servant de manuel de référence
- Des informations documentées sur des études scientifiques
- **des mises en situations concrètes la plupart des journées de formation**
- un **suivi post formation et échanges avec ses pairs via un groupe Whatsapp dédié**

Des cours avec plusieurs niveaux de compréhension

- Une démarche pédagogique progressive pour pouvoir mettre en œuvre des solutions alimentaires et nutrithérapeutiques efficaces pour ceux qui débutent
- une compréhension approfondie pour les praticiens qui souhaitent comprendre les détails (Idéal pour les nutritionnistes ou les naturopathes qui ont déjà une formation de base)

Formation possible en distanciel synchrone via zoom

- Assister aux sessions de formation en direct de chez soi, c'est possible
- Participer et échanger avec le groupe en présentiel à Yverdon, c'est possible
- Possibilité de replay vidéo

Un formateur confirmé

- Diplôme fédéral de Naturopathe spécialisé en Médecine Naturelle (MTE), Nutrithérapeute
- **Formé ensuite par les leaders d'opinion dans le domaine :**
Dr O. Coudron, Dr V. Castro-Novo, Pr J. R. Rapin, Dr B. Donatini, parmi de nombreux autres
- Diplômé de la Faculté de Pharmacie de Dijon, Université de Bourgogne (DU Nutraceutiques)
- Formateur d'adulte avec Brevet Fédéral ; spécialisé en digital learning FSEA

Compétences visées en fin de formation

On constate depuis de nombreuses années un **besoin grandissant** dans la population de pouvoir **prendre en charge** sa **santé** (et celle des autres) avec des **moyens naturels**. Cette **formation répond à ce besoin** en utilisant les **aliments** et les **compléments alimentaires** (et au sens plus large, différents remèdes) pour **préserver la santé** et comme **leviers thérapeutiques** pour **accompagner** et même **résoudre** les **problèmes de santé**.

3 étapes successives et de complexité croissante ; L'apprenant sera capable de :

- 1- Proposer une alimentation qui fait la promotion de santé
- 2- Associer aux grandes étapes de l'histoire de santé et de maladie d'une personne, des dysfonctions et des solutions thérapeutiques (alimentation, remèdes) ciblées
- 3- Conduire une démarche thérapeutique globale qui prend en compte toutes les interactions entre les étapes de l'histoire d'une personne et qui intègre une vision thérapeutique dans le temps

A l'issue de la formation, l'apprenant sera **capable de conduire une consultation en nutrition et nutrithérapie**

*Les **naturopathes** ou **nutritionnistes déjà formés en nutrition dans une autre école** seront plus que nourris par cette formation grâce à laquelle ils pourront **développer des compréhensions précises et documentées des substances nutritionnelles** et de leurs applications thérapeutiques, un **véritable mode de raisonnement global sur la santé et la maladie** et un **précieux savoir-faire**. Le formateur a l'expérience et les connaissances nécessaire pour satisfaire vos attentes*

Zoom sur certains objectifs majeurs de formation

Pratiquer les situations concrètes pour acquérir une compétence concrète en fin de formation

Intégrer la dimension psychosomatique dans l'évaluation des problèmes digestifs ou dans les conduites addictives (tensions pulsionnelles)

Construire une vision vivantes des interactions entre les organes et de leurs perturbations – une vision systémique de la santé et de la maladie ; **Les identifier derrière ce que la personne qui consulte raconte**

187H30 heures de formation présentielle ou distancielles synchrones réparties en :

Pour une entrée en novembre 2025 :

- 17 jours de formation à 7h30 à Yverdon-les-bains (9h-17h30)
- 20 soirées de 3h (19h-22h) ; en fonction du nombre de participants, certaines soirées seront proposées en distanciel synchrone uniquement

Pour une entrée en février 2026 :

- 17 jours à 7h30 à Yverdon-les-bains (9h-17h30)
- 1 journée à 6h à Yverdon-les-bains (9h-16h)
- 18 soirées de 3h (19h-22h) ; en fonction du nombre de participants, certaines soirées seront proposées en distanciel synchrone uniquement

+ travaux personnels pour l'obtention du diplôme (70h de travail)

187H30 DE FORMATION + 70H DE TRAVAUX PERSONNELS = 257H30 AU TOTAL

Agenda de formation

Entrée en formation en novembre 2025 :

Jour 1 : samedi 22.11.25 - Jour 2 : Dimanche 30.11.25

Jour 3 : Dimanche 07.12.25

Jour 4 : Samedi 10.01.26 - Soirée 1 : mercredi 14.01.26 - Jour 5 : Dimanche 18.01.26 - Soirée 2 : mercredi 28.01.26

Entrée en formation en février 2026 :

Jour 1 : samedi 07.02.26 - Jour 2 : Dimanche 08.02.26 - Jour 3 : samedi 14.02.26

Jour 4 : Dimanche 15.02.26 - Jour 5 : Lundi 16.02.26 - Jour 6 : mardi 16.02.26 (correspond en fait à 2 soirées)

Ensuite les 2 sessions de formation se réunissent pour les dates :

Soirée 3 : mercredi 25.02.26

Jour 6 : Dimanche 01.03.26 - Soirée 4 : mercredi 11.03.26 - Jour 7 : samedi 14.03.26

Soirée 5 : mercredi 01.04.26 - Soirée 6 : mercredi 08.04.26 - Soirée 7 : mercredi 22.04.26 - Jour 8 : samedi 25.04.26

Jour 9 : Dimanche 03.05.26 - Soirée 8 : mercredi 20.05.26 - Soirée 9 : mercredi 27.05.26

Soirée 10 : mercredi 03.06.26 - Jour 10 : samedi 06.06.26 - Jour 11 : Dimanche 07.06.26 - Soirée 11 : mercredi 24.06.26

Jour 12 : samedi 22.08.26 - Soirée 12 : mercredi 26.08.26

Soirée 13 : mercredi 02.09.26 - Jour 13 : samedi 19.09.26 - Soirée 14 : mercredi 23.09.26 - Soirée 15 : mercredi 30.09.26

Jour 14 : samedi 04.10.26 - Soirée 16 : mercredi 07.10.26

Soirée 17 : mercredi 04.11.26 - Jour 15 : Dimanche 08.11.26 - Soirée 18 : mercredi 11.11.26

Jour 16 : samedi 05.12.26 - Jour 17 : Dimanche 06.12.26

Soirée 19 : mercredi 13.01.27 - Soirée 20 : mercredi 27.01.27

Programme des cours

- L'impact de l'industrie chimique et agroalimentaire sur l'environnement et la santé
- L'alimentation vivante et favorable à la santé ; les approches quantitatives
- Les différents modèles alimentaires et leurs intérêts respectifs
- La digestion et les enzymes digestives
- Le microbiote et les muqueuses intestinales – **Savoir interpréter un bilan de microbiote fécal et apporter des réponses microbiennes précises selon une méthode développée par Eric Forestier**
- L'hyperperméabilité intestinale, la détoxification hépatique et l'immunité intestinale
- Les intolérances alimentaires enzymatiques et immunitaires
- La lecture des étiquettes et les aliments qui font débat (café, sucre, produits laitiers, sel, conservateurs, gluten, glutamate...)
- Tout savoir sur le magnésium, fer, zinc, iode, selenium et autres substances vitales en nutrithérapie (potassium, calcium, CQ10, Bromélaïne, HSP, allicine, berberine, curcumine, chlorophylles...)
- Bien comprendre les enjeux des phytates sur une d'études scientifiques
- Les vitamines, acides gras, acides aminés, dosages et applications thérapeutiques
- Introduction à l'énergie cellulaire et l'importance de l'iodine
- Le stress oxydatif et les antioxydants
- Les métabolismes spécifiques du stress oxydatif
- Les neurotransmetteurs
- Les problématiques addictives
- **Les troubles psychosomatiques associés aux troubles digestifs – approche unique développée par l'école sur la base des recherches reproductibles d'Eric Forestier et Damien Eichenberger**
- Le système nerveux autonome (sympathique et parasympathique)
- Le stress
- L'inflammation chronique dite « de bas grade »
- La candidose ; au-delà du microbe, une véritable vision des interactions des troubles entre les organes sur lesquelles la candidose se développe (une candidose n'arrive jamais seule)
- L'anamnèse en nutrithérapie. Théorie et applications pratiques (identification et interprétation biologique des signes cliniques exprimés par la personne qui consulte).
- Modification de l'apparence corporelle et la stabilisation du poids
- Les problèmes cardio-métaboliques (syndrome métabolique, maladies cardiovasculaires, diabète)
- Les problèmes hormonaux féminins et masculins
- La fatigue chronique (les pistes incontournables à investiguer et traiter)
- Les problématiques articulaires
- Approches spécifiques du sportif
- Les maladies auto-immunes et les maladies chroniques (Le retour à une fonction immunitaire physiologique)
- La nutrition et les besoins de la femme enceinte et du nourrisson
- Les bilans biologiques de médecine fonctionnelle (acides gras, métabolites organiques urinaires (état de la flore intestinale), stress oxydatif, cardio-vasculaire, neurotransmetteurs). Des bilans de cas réels sont analysés et interprétés. Les informations de plusieurs bilans pour une même personne sont croisés
- Etudes de cas pratiques (cas réels en présentiel et situations réelles de cabinet).

Pré-requis :

- Le cours de base en médecine académique cycle 1 (en cours, terminé ou équivalent).

Il est possible toutefois de commencer la formation en nutrition et nutrithérapie en prévoyant la formation en médecine académique ultérieurement.

- Sans formation officielle en médecine académique, un fort intérêt pour la nutrition et l'approche de la nutrithérapie peut suffire pour suivre le premier niveau de lecture de la formation en nutrition et nutrithérapie.

Prix : 3125 frs.

Paielement avant fin octobre 2025. Il est possible d'échelonner les paiements selon un accord négocié
Un acompte de 425 frs est demandé à l'inscription. Cet acompte est dû et ne sera pas restitué en cas de désistement. Il sera exigé s'il n'a pas été payé.

Pour la session qui débute en novembre 2025, un désistement est possible jusqu'au 15 octobre 2025 inclus. Au-delà, le montant total de la formation est due.

Pour la session qui débute en février 2025, un désistement est possible jusqu'au 31 décembre 2025 inclus. Au-delà, le montant total de la formation est due.

Validation de la formation

La formation est validée par :

- Une présence à 80% des cours.
- La remise d'un dossier de 20 pages environ sur un thème choisi par l'apprenant (20 heures de travail)
- La rédaction d'un dossier attestant de 30 heures de pratique, avec 2 dossiers thérapeutiques (3 à 6 séances de suivi pour chaque dossier). Un 3^{ème} cas sera traité pendant la formation et présenté à la dernière soirée.
- La remise d'une auto-évaluation de 3 pages sur le parcours de formation
- Une année après la fin du dernier cours est laissée pour valider les cas thérapeutiques et obtenir le diplôme. Le dossier sur un thème sera remis d'ici la fin octobre qui suit la fin de la formation avec l'auto-évaluation sur le parcours de formation