FORMATION PROFESSIONNELLE NUTRITION ET NUTRITHERAPIE 230h SYNCHRONES (PRESENCE OU DISTANCE) 3990 FRS (early bird)

le 2e cerveau
l'école de la nutrition et des thérapies naturelles

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

230h de formation avec contact avec le formateur (présentiel à Yverdon ou Distanciel synchrone via zoom)

- Un support de cours détaillé servant de manuel de référence
- Des informations documentées sur des études scientifiques actualisées– un gros plus !!!
- Présentation des liens avec la naturopathie, la médecine humorale
- Représentation psycho-somatiques liées aux troubles digestifs
- **des mises en situations concrètes pour développer le savoir-faire clinique – un gros plus !!!**
- 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 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

Un **formateur praticien en cabinet qui garde un réel contact avec la réalité clinique** pour un **partage éclairé des solutions efficaces** en cabinet

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. Il vous sera **possible de choisir des modules de formation spécifiques** si vous le voulez*

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) ; orientation solutions efficaces, loin de palabres théoriques…

Construire une vision vivante 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

230H30 heures de formation présentielles ou distancielles synchrones réparties en :

Début de formation novembre 2026, fin de formation janvier 2028

- **25 jours de formation à 8h à Yverdon-les-bains (9h-17h30) - 2 fois 25' de pause + 30' de pause reportées en fin de journée – 1h de pause à midi non comptabilisée dans le nombre d'heures**
- **10 soirées de 3h (19h-22h)**

travaux personnels pour l'obtension du dipôme (70h de travail)

230H DE FORMATION + 70H DE TRAVAUX PERSONNELS = 300H AU TOTAL

POURQUOI 230 HEURES ET PAS 150H ? TOUT SIMPLEMENT POUR VOUS PROPOSER :

- **UNE FORMATION A LA NUTRITION FONCTIONNELLE CREDIBLE**
  - APPUYEE SUR LA LITTÉRATURE SCIENTIFIQUE
  - APPUYEE PAR L'USAGE DE LA BIOLOGIE FONCTIONNELLE
  - NOURRIE PAR DE NOMBREUSES SITUATIONS DE CAS CONCRETS POUR DEVELOPPER VOTRE SAVOIR FAIRE
  - METTANT L'ACCENT SUR UNE METHODOLOGIE NUTRITIONNELLE ET NUTRITHERAPEUTIQUE EFFICACE
- **UNE FORMATION QUI VOUS PERMET**
  - DE PROPOSER UNE DEMARCHE NUTRITIONNELLE ADAPTEE A CHACUN DE VOS CLIENTS
  - D'APPUYER VOTRE DEMARCHE SUR DE LA BIOLOGIE FONCTIONNELLE
  - D'APPORTER UNE REPONSE PRECISE AUX PROBLEMES DE SANTE DES CLIENTS
- **PARCE 150H** NE PERMETTENT QU'UN SURVOL **DES NOTIONS ESSENTIELLES EN NUTRITION FONCTIONNELLE** ET QUE **230H** PERMETTENT **UNE INTEGRATION** DE CES NOTIONS ESSENTIELLES ET VOUS PERMETTENT DE DEVELOPPER VOTRE **SAVOIR-FAIRE.**

Entrée en formation le 14 novembre 2026 :
Prix : 4400 frs exclusif pour la formation complète
Early bird : pour une inscription avant le 15 octobre 2026, le prix de la formation est 3990 frs

Entrée en formation le 30 janvier 2027 :
Prix 4400 frs exclusif pour la formation complète
Early bird : pour une inscription avant le 15 décembre 2026, le prix de la formation est 3990 frs

La formation s'articule autour de 6 modules complémentaires :

- **Module M1 nutrition**, alimentation – L'assiette
- **Module M2 Nutrithérapie digestive** – Tout savoir sur les perturbations digestives

- **Module M3 Nutrithérapie Substances vitales** – Utiliser les compléments alimentaires à des fins de complémentation nutritionnelle ou à des fins thérapeutiques (les dosages et associations pertinents)
- **Module M4 Nutrithérapie Investigations biologiques** : Les analyses biologiques pour la complémentation nutritionnelle et les analyses biologiques pour l'exploration des perturbations fonctionnelles comme causes des maladies
- **Module M5 Nutrithérapie thèmes spécifiques** : Fatigue, endocrinologie, femme enceinte et jeune enfant, troubles cardio-métaboliques, Equilibre du poids corporel, Troubles du système locomoteur
- **Module M6 pratique** : études de situations cliniques en nutrithérapie
  Des situations cliniques seront en outre présentées et débattues au cours de journées des autres modules.

Il est possible de faire chaque module séparément au prix indiqué pour chaque module. Seule la formation complète bénéficie d'un tarif plus aventageux

Agenda de formation – Nouvelles dates mise à jour 23.10.26

Module M1 Nutrition : 6 jours, 48h, dès le 14.11.25
Jour 1 : samedi 14.11.26 - Jour 2 : Dimanche 15.11.26 -Jour 3 : Samedi 28.11.26

Jour 4 : Dimanche 13.12.26

Jour 5 : Samedi 09.01.27 - Jour 6 : Samedi 16.01.27

Module M1 Nutrition- Blocs : 6 jours, 48h, dès le 30 janvier 2027

Jour 1 : samedi 30.01.27 - Jour 2 : Dimanche 31.01.27 - Jour 3 : lundi 01.02.27

Jour 4 : samedi 06.02.27 - Jour 5 : Dimanche 07.02.27 - Jour 6 : lundi 08.02.27

Module M2 Nutrithérapie de la sphère digestive et immunitaire : 5 jours, 40h

Jour 7 : Samedi 20.02.27 - Jour 8 : Samedi 27.02.27

Jour 9 : Samedi 20.03.27

Jour 10 : Samedi 10.04.27 – Jour 11 : dimanche 25.04.27 (cette journée fait aussi partie du module investigations biologiques)

Module M3 Nutrithérapie des substances vitales : 6 jours, 48h

Jour 12 : Samedi 01.05.27 - Jour 13 : Samedi 22.05.27 - Jour 14 : Samedi 29.05.27

Jour 15 : Dimanche 20.06.27

Jour 16 : Samedi 28.08.27

Jour 17 : Samedi 04.09.27

Module M4 Nutrithérapie investigations biologiques : 3 jours, 24h

Jour 11 : dimanche 25.04.27

Jour 18 : Samedi 02.10.27 - Jour 19 : Samedi 09.10.27

Module M5 Nutrithérapie thèmes spécifiques : 6 jours, 48h

Jour 20 : Samedi 13.11.27 - Jour 21 : Samedi 27.11.27

Jour 22 : Samedi 04.12.27 - Jour 23 : Samedi 11.12.27

Jour 24 : Samedi 15.01.28 - Jour 25 : Samedi 22.01.28

Module M6 nutrithérapie pratique : 10 soirées de 3h sur 1 année – 30h

Soirée 1 : mercredi 31.03.27 - Soirée 2 : mercredi 28.04.27 - Soirée 3 : mercredi 26.05.27

Soirée 4 : mercredi 16.06.27 - Soirée 5 : mercredi 01.09.27 - Soirée 6 : mercredi 06.10.27

Soirée 7 : mercredi 10.11.27 - Soirée 8 : mercredi 08.12.27 - Soirée 9 : mercredi 26.01.28

Soirée 10 : mercredi 23.02.28

Programme des cours

MODULE 1 : NUTRITION – 6 jours – 48h – prix pour le module seul : 1080frs

- L'impact de l'industrie chimique et agroalimentaire sur l'environnement et la santé5
- Les macros nutriments : Protéines, lipides, glucides
- Généralités sur les vitamines et les oligo-éléments
- La chronobiologie alimentaire – impact des rythmes biologiques sur les aliments
- L'alimentation vivante et favorable à la santé - dynamique qualitative de l'alimentation
- L'alimentation, les portions – dynamique quantitative de l'alimentation – calcul des cibles de macros-nutriments (les nécessaires bases de la diététique classique)
- Les différents modèles alimentaires et leurs intérêts respectifs : Alimentation méditerranéenne, alimentation anti-inflammatoire, approche Kousmine et Seignalet, l'alimentation cétogène
- La dynamique de la digestion, Le microbiote et les muqueuses intestinales
- Troubles digestifs, les bases – alimentation adaptée aux troubles digestifs
- Le cholestérol
- Lecture des étiquettes et les aliments qui font débat (café, sucre, produits laitiers, sel, conservateurs, gluten, glutamate, soja …)
- Alimentation pour la modification du poids corporel, le sportif, le végétarien / végétalien
- Approche pratique de l'alimentation – études de relevés alimentaires. Elaboration de propositions alimentaires adaptées au profil de personne qui consulte

MODULE 2 : NUTRITHERAPIE INTESTINS ET IMMUNITE – 5 jours, 40h – prix pour le module seul : 1100frs

- La démarche en nutrithérapie – Notion d'encrassage, les bases de la détoxication, présentation de la méthode en nutrithérapie, l'équilibre acido-basique, le rôle des analyses biologiques, collaboration médicale. Anamnèse en nutrithérapie
- Approfondissement de la dynamique des troubles digestifs, côlon irritable, candidose, SIBO, inflammation de bas grade, endotoxémie digestive…
- **Troubles psycho-somatiques digestifs selon l'approche originale et centrée sur la pratique selon Eric Forestier et Damien Eichenberger**
- L'hyperperméabilité intestinale, l'immunité intestinale et l'immunité au sens large
- Les intolérances alimentaires enzymatiques et immunitaires – **Les bilans d'intolérances alimentaires**
- **Savoir interpréter un bilan de microbiote fécal et apporter des réponses microbiennes précises selon une méthode développée par Eric Forestier**

MODULE 3 : NUTRITHERAPIE SUBSTANCES VITALES – 6 jours – 48h – prix pour le module seul : 1320frs – APPROCHE DOCUMENTEE DES SUBSTANCES A USAGE THERAPEUTIQUE – LES METABOLISMES DU CORPS ET DES SUBSTANCES SONT DETAILLES ET DOCUMENTES

- Tout savoir sur le magnésium, fer, zinc, iode, selenium et autres substances vitales en nutrithérapie (potassium, calcium, CQ10, Bromélaïne, HSP, allicine, berbérine, curcumine, chlorophylles, polyphénols…)
- 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'Iode
- Fonctions, dysfonctions et maladies de la thyroïde
- Le stress oxydatif et les antioxydants
- Les métabolismes spécifiques du stress oxydatif
- Les neurotransmetteurs
- Les problématiques addictives
- Le système nerveux autonome (sympathique et parasympathique)
- Le stress

MODULE 4 : NUTRITHERAPIE BIOLOGIE FONCTIONNELLE – 3 jours– 24h – prix pour le module seul : 660frs – Pour ceux qui auront choisi de faire aussi le module 2, alors le prix d'une journée sera déduite.

- **Savoir interpréter un bilan de microbiote fécal et apporter des réponses microbiennes précises selon une méthode développée par Eric Forestier, gaz expirés**
- Choisir les bilans appropriés à la personne qui consulte
- Lecture fonctionnelle d'analyses médicales classiques
- Bilans nutritionnels : acides gras, caroténoïdes, anti-oxydants, minéraux, vitamines
- Bilan thyroïdien, risque cardio-vasculaire, risque métabolique
- Bilans de nutrigénomique
- Bilan de neuro-transmetteurs
- Les rapports biologiques pertinents

MODULE 5 : NUTRITHERAPIE THEMES SPECIFIQUES : LA CHRONICITE – 6 JOURS 48H – 1320 frs

- 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
- Les enjeux nutrithérapeutiques du poids corporel
- La nutrition et les besoins de la femme enceinte et du nourrisson

Il est possible de ne choisir qu'une seule journée à thème dans ce bloc. Le prix est alors de 250frs la journée

MODULE 6 : NUTRITHERAPIE MODULE PRATIQUE : 10 SOIREES DE 3H 30H – 1140 frs

Ce module est inclus dans la formation complète, nutrition et nutrithérapie
Il est offert à ceux qui s'inscrivent aux modules 2-3-4-5 de nutrithérapie.
Pour ceux qui ont déjà fait la formation complète, ce module de formation continue vaut 650 frs.
Notez que des situations concrètes seront encore proposées dans les modules M2 à M5.

MENTORAT DE GROUPE module M7 OrTra MA : Il est possible que les journées du module 4 (24h), du module 5 (en bloc de 48h ou à la journée de 8h) et du module 6 (30h de groupe) soient choisies au titre du mentorat (Module M7 OrTra MA) en vue de la présentation de l'EPS de Naturopathe. Il est possible de suivre ces formation en distanciel synchrone via zoom (la caméra devra rester active) ou en présentiel. Des cas cliniques pourront être proposés par les mentorés. Maximum 16 personnes.

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**.

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 3ème 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