

### **FORMATION COURTE / ADULTES**

Document mis à jour le 28 mai 2025

### **OBJECTIFS**

**Objectif évaluable :** Savoir accompagner une personne dans une démarche personnalisée en chrono-nutrition, avec l'application d'un régime alimentaire spécifique et adapté

#### Objectifs de formation :

- Acquérir les connaissances détaillées et spécifiques des différents équilibres et régimes alimentaires, les conseiller et les accompagner en toute sécurité
- Connaître les bases et les spécificités de la chrono-nutrition, la conseiller et l'accompagner de façon personnalisée
- Définir et expliquer les mécanismes et la physiologie associée des monodiètes et des jeûnes, savoir les conseiller et les accompagner en toute sécurité
- Connaitre et définir le microbiote intestinal, comprendre ses différentes interactions, identifier la relation microbiote intestinalcerveau

# DURÉE / LIEU

28 h / En distanciel

# **DÉBOUCHÉS**

**Poursuite d'études :** modules : B3 Alimentation vivante, B4 Alimentation Kousmine

## **ORGANISATION**

L'organisme de formation est certifié Qualiopi au titre des actions de formation.

#### Formation qualifiante de 28 h en visioformation

- Modalités pédagogiques : apport théorique et études de cas
- Evaluation en fin de formation
- Délivrance d'une attestation de formation
- Dates de formation: vendredi 24 et samedi 25 janvier 2025, vendredi 31 janvier et samedi 1<sup>er</sup> février 2025
- Taux de satisfaction\*: NC

\* pourcentage de stagiaires satisfaits et très satisfaits de la formation (enquête de satisfaction de l'année dernière)

## **STRUCTURE**

1 Equilibre alimentaire et régime crétois :

2 Les différents régimes : diététique institutionnelle, crudivorisme, régimes végétarien, végétalien, paléolithique (Seignalet) et cétogène

- 3 Chrono nutrition
- 4 Jeûne et monodiète
- 5 Etude de cas pratiques
- 6 Microbiote intestinal : définition, physiologie et relation intestin-cerveau

# **CONDITIONS D'ADMISSION**

- Formation ouverte à tous publics: particuliers et professionnels des secteurs santé, bien-être, éducatif, commercial, agricole...
- Pour s'inscrire, satisfaire à un entretien individuel
- Contacter notre responsable de formation :
- Mme BLAMPAIN 06 38 66 58 70
   Personne en situation de handicap:

Contacter nos référentes handicap Mme VALLANCE/Mme COURTOIS DURAND

• Bâtiments accessibles aux PMR.

COMPUS
DE MIRECOURT

AGRICOLE ET FORESTIER



**CFPPA de Mirecourt** 

22 rue du Docteur Grosjean | 88500 Mirecourt tél. 03 29 37 49 77 | fax : 03 29 37 51 01 cfppa.mirecourt@educagri.fr

www.campusdemirecourt.fr



• Baccalauréat général recommandé (niveau 4)



\* sous réserve de l'éligibilité de votre dossier.

#### Tarif:

• 410 \$

Notre organisme vous propose plusieurs solutions de financement, nous contacter.

La formation est susceptible d'être prise en charge (financement et/ou rémunération).

Selon votre profil, il vous appartient d'effectuer les démarches

auprès du financeur : France Travail, OPCO (FIF PL, AGEFICE, VIVEA...), employeur...

## ATOUTS DE LA FORMATION

- Enseignant: professionnel en activité, éducateur de santé-naturopathe, psychopraticien, aromatologue, ingénieur ENSAIA
- Flexibilité et confort grâce aux cours en visioconférence en fin de semaine
- Sensation de plus grande liberté en gardant une interaction directe avec l'enseignant et le groupe
- Conciliation de la vie de famille avec son apprentissage pour se former, acquérir de nouvelles compétences et/ ou se perfectionner
- Frais de formation réduits





