Offre de formation
pour les professionnels

le cnam
istna nutrition santé



MA FORMATION

2026-2027

UNE EXPERTISE AU SERVICE DE LA FORMATION EN NUTRITION-SANTÉ



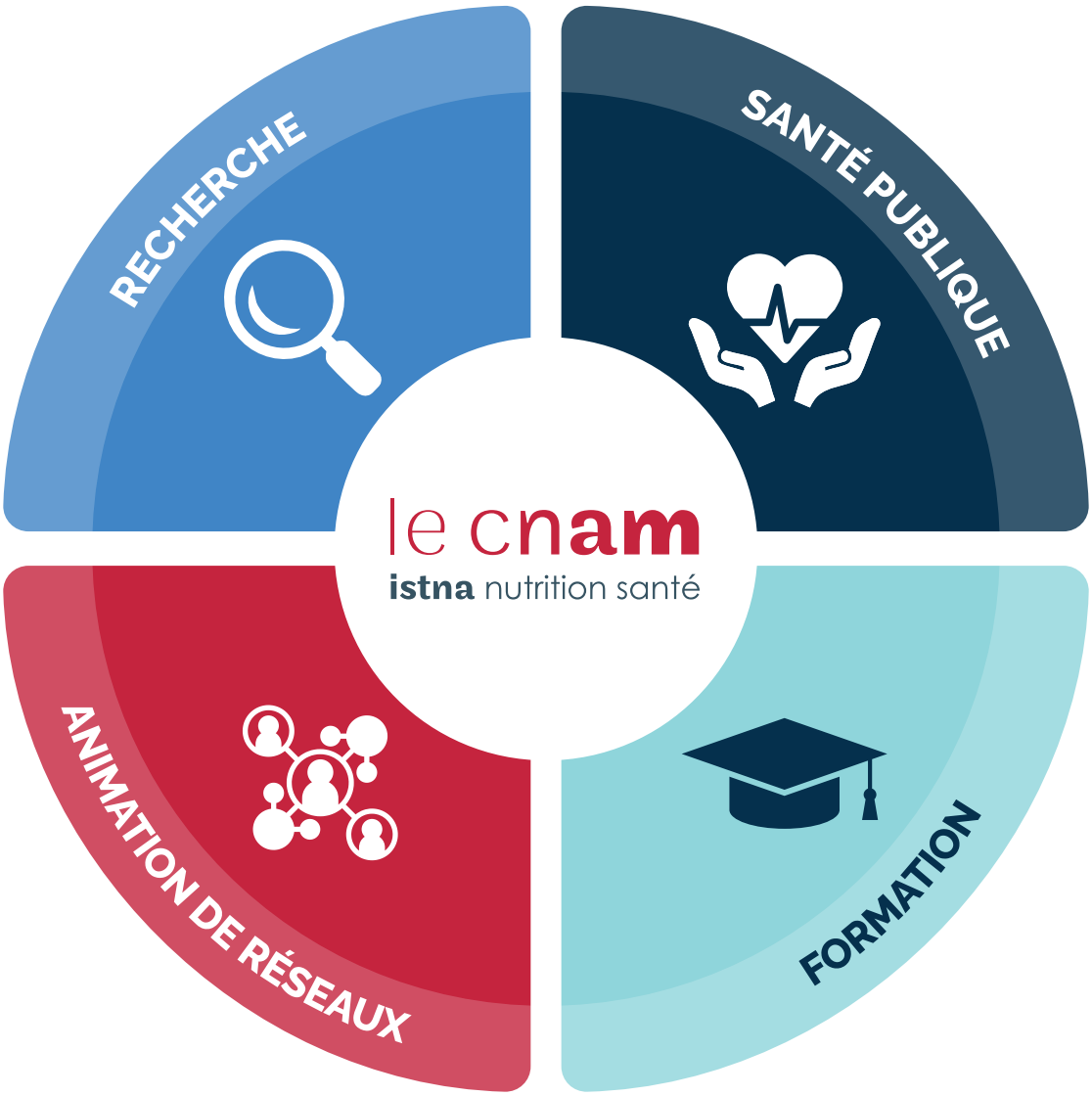
www.cnam-istna.fr

LE CNAM-ISTNA, UNE EXPERTISE EN NUTRITION SANTÉ

Depuis 2002, **le Cnam-ISTNA** (Conservatoire national des arts et métiers - Institut Scientifique et Technique de la Nutrition et de l'Alimentation), structure nationale spécialisée en **nutrition-santé**, conjugue les compétences en formation du Cnam, grand établissement public d'enseignement professionnel supérieur, son expertise en nutrition-santé et les contacts avec la **communauté scientifique**.

Le Cnam-ISTNA est investi à la fois dans :

- La **recherche interventionnelle**
- La **création de référentiels** de pratiques professionnelles, d'**outils d'éducation pour la santé** et le déploiement de **programmes de santé**
- L'animation de **réseaux d'acteurs**
- La **formation** des professionnels en santé et en nutrition



Nos atouts, notre originalité et notre force : être à la fois dans l'innovation, au cœur de la politique publique nutritionnelle en France et au plus proche des territoires.

Sommaire

Le Cnam-ISTNA, une expertise en nutrition santé 3

Développez vos compétences en nutrition santé avec le Cnam-ISTNA 6

Modalités de formations inter 7

Financements possibles 9

PATHOLOGIE & SANTÉ

Formation présentielle

Éducation thérapeutique du patient 12

Formation présentielle

Allergies alimentaires 14

Formation présentielle

Nutrition et santé de la femme 15

Formation présentielle

Troubles des conduites alimentaires 16

Formation présentielle

Obésité, chirurgie bariatrique : organisation et prise en charge du patient 17

Formation présentielle

Nutrition, pathologies digestives et alimentation contrôlée en FODMAPs 18

Formation distancielle

Microbiote intestinal et lien avec les pathologies 19

Formation présentielle

Nutrition et cancer 20

Formation présentielle

Dénutrition, nutrition entérale, parentérale et compléments nutritionnels 21

Formation présentielle

Nutrition et maladie d'Alzheimer 22

PRÉCARITÉ & HANDICAP

Formation distancielle

Alimentation, activité physique et précarité 26

Formation diplômante

Diplôme de spécialisation professionnelle Animateur en épicerie solidaire 27

Formation présentielle

Alimentation de l'enfant et de l'adulte en situation de handicap 28

Un outil à votre disposition

ESCAPADE® : outil pour des comportements nutritionnels favorables à la santé en établissements spécialisés 29

ENFANCE & ADOLESCENCE

Formation présentielle

Nutrition et 1 000 premiers jours 32

Formation présentielle

Alimentation de l'enfant et troubles alimentaires pédiatriques 33

Formation présentielle

Les outils pratiques de la prise en charge diététique chez l'enfant et l'adolescent vivant avec une obésité 34

Formation présentielle

Goût : éducation sensorielle 35

Formation e-learning

Nutrition et assistants maternels 36

Un outil à votre disposition

ICOFAS® : outil pour des comportements nutritionnels favorables à la santé en milieu scolaire 37

ÉDUCATION, PRÉVENTION & COMPÉTENCES TRANSVERSALES

Formation présentielle

Formation de Formateurs Programme National Nutrition Santé (PNNS) 40

Formation e-learning

PNNS, actions, outils et acteurs locaux 42

Formation diplômante

Certificat de compétence - Pilote de projet en prévention santé 43

Un outil à votre disposition

Escape NutriGame® : escape game d'éducation pour la santé 44

Formation outil

Formation Escape NutriGame® 45

Un outil à votre disposition

Carte sur table : serious game digital nutrition-santé au travail 46

Formation outil

Formation Carte sur table 47

Formation e-learning

Alimentation et activité physique des salariés 48

Formation e-learning

Alimentation et activité physique en entreprise – Professionnels relais 49

Formation entreprise & établissement

Formations santé au travail 50

Formation présentielle

Entretien motivationnel 51

Formation présentielle

Alimentation de pleine conscience 52

Formation présentielle

Alimentation du sportif 53

RESTAURATION COLLECTIVE

Formation présentielle & distancielle

Le diététicien, acteur clé de la restauration collective 56

Formation présentielle

Gestionnaire de restauration collective : la nutrition et le climat dans ma cantine 58

FORMULAIRES D'INSCRIPTION

Formulaire d'inscription

Formulaire d'inscription standard 61

Formulaire d'inscription

Formulaire d'inscription Formation de Formateurs PNNS 63

Formulaire d'inscription

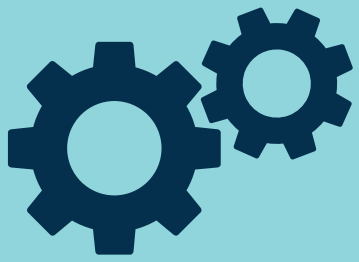
Formulaire d'inscription Le diététicien, acteur clé de la restauration collective 65

DÉVELOPPEZ VOS COMPÉTENCES EN NUTRITION SANTÉ AVEC LE CNAM-ISTNA

Le Cnam-ISTNA propose une sélection de thèmes de formation en nutrition sous différents formats : présentiel, distanciel et e-learning.

CHOISIR DE SE FORMER AVEC LE CNAM-ISTNA, C'EST :

+ DE 20 ANS D'EXPÉRIENCE



UNE PÉDAGOGIE DE L'ACTION

Des parcours de formation focalisés sur les **pratiques professionnelles**.

Une **démarche participative et réactive** pour répondre aux attentes des participants : analyse de pratique, appui sur l'expérience, mise en situation, étude de cas...

DES INTERVENANTS EXPERTS

- **Professionnels** spécialisés dans les différents thèmes traités
- **Théoriciens et praticiens** d'horizons divers et complémentaires pour enrichir au mieux le contenu pédagogique

UNE OFFRE DE FORMATION DE QUALITÉ GARANTIE

Qualiopi processus certifié
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
La certification qualité a été délivrée par AFNOR Certification au titre des catégories d'actions suivantes :
ACTIONS DE FORMATION
BILANS DE COMPÉTENCES
ACTIONS PERMETTANT DE FAIRE VALIDER LES ACQUIS DE L'EXPÉRIENCE
ACTIONS DE FORMATION PAR APPRENTISSAGE

N°5520
odpc
Organisme enregistré par l'Agence nationale du DPC
Retrouvez toute l'offre du DPC sur www.mondpc.fr

Une démarche d'accréditation continue et exigeante.

UNE POSSIBILITÉ DE FORMATIONS SUR-MESURE

DES FORMATIONS SANTÉ AU TRAVAIL

MODALITÉS DE FORMATIONS INTER

COMMENT RÉSERVER VOTRE PLACE ?

Les inscriptions s'effectuent en ligne.

- **Inscription par l'employeur :** le formulaire d'inscription est complété par un membre habilité de votre structure.
- **Inscription à titre individuel :** le formulaire d'inscription est complété par le participant.

Accès aux formulaires d'inscription :

Si vous souhaitez vous inscrire par formulaire papier, ils se trouvent p. 61, 63 et 65 et doivent être envoyés par mail à contact@cnam-istna.fr ou à l'adresse suivante :

Cnam-ISTNA
4 avenue du Docteur Heydenreich
BP 65228 F
54052 Nancy Cedex

Toute inscription est confirmée par l'envoi d'un mail du Cnam-ISTNA et d'une convention de formation. Trois semaines avant la date de la session, une convocation précisant la date et la salle de formation est adressée au participant. Avant cette date, si le nombre d'inscrits est insuffisant, la session peut être annulée.

C'est pourquoi il est déconseillé de prendre à l'avance des billets de transport non échangeables et/ou non remboursables.

En cas d'annulation de la session, ce type de billet ne pourra pas faire l'objet d'une demande de remboursement auprès du Cnam-ISTNA.

INFORMATIONS PRATIQUES

À l'issue de la formation, suivant le format, une attestation ou un diplôme est remis au participant. Un certificat d'assiduité peut également être envoyé à l'employeur ou au participant sur simple demande. Un questionnaire de satisfaction est complété en fin de formation. Une évaluation est mise en place tout au long de la formation afin de recueillir l'évolution des connaissances et des pratiques professionnelles des participants, ainsi que leurs appréciations en vue d'adapter l'ensemble des formations proposées.

Pour les formations en e-learning, l'ouverture des droits de connexion est conditionnée par le retour de la convention signée.

MODALITÉS DE FORMATIONS INTER

TARIFS TTC

	Employeur	Individuel	Demandeurs d'emploi sans financement & étudiants
	Formations présentielles & distancielles		
1 jour	330 €	300 €	280 €
2 jours	660 €	600 €	560 €
3 jours	990 €	900 €	840 €
6 jours	1 980 €	1 800 €	1 680 €
Formation de formateurs PNNS	TC : 609 € Th : 406 €	TC : 487 € Th : 325 €	/ /
Formations Restauration collective	3 jours : 720 € 2 jours : 480 €	3 jours : 600 € 2 jours : 400 €	/ /
	Formations e-learning		
PNNS, actions, outils et acteurs locaux	Gratuit		
Nutrition et assistants maternels	50 €		
Alimentation et activité physique en entreprise – Professionnel relais	100 € - gratuit pour les signataires de la charte d'engagements du PNNS		
Alimentation et activité physique des salariés	100 € - gratuit pour les signataires de la charte d'engagements du PNNS		
	Formations diplômante		
Diplôme de spécialisation professionnelle Animateur en épicerie solidaire	Nous contacter		
Certificat de compétence - Pilote de projet en prévention santé	4 655 €		
	Formations outils		
Escape NutriGame®	350 € la formation et 300 € la boîte de jeu hors frais postaux		
Carte sur table	195 €	180 €	/
	Comprend un accès au kit pédagogique en ligne		

Le paiement s'effectue à réception de la facture envoyée à l'issue de la formation. Des facilités de paiements peuvent être proposées (paiement en trois fois sans frais). Les repas ne sont pas inclus dans le prix de la formation.

RÈGLEMENT

- Par virement :
  RIB de l'ASS CNAM GRAND EST : Code banque 14707 – Code guichet 00020 – Numéro de compte 31821024069 – Clé 27 – IBAN : FR76 1470 7000 2031 8210 2406 927
- Par chèque :
  À l'ordre de l'AGCnam Grand Est

INFORMATIONS ORGANISME

- **Numéro d'existence de l'organisme de formation** : 44540353454
- **Numéro SIRET** : 823 041 348 000 17

INFORMATIQUE ET LIBERTÉS

Conformément à la loi N°78-17 du 6 janvier 1978, la gestion informatisée des inscriptions en formation continue fait l'objet d'une demande d'avis, enregistrée par le CNIL, le 6 février 1984. Le droit d'accès et de rectification des données vous concernant peut s'exercer auprès du Cnam-ISTNA. En outre, nous vous rappelons que toute réponse imprécise ou omise risque de retarder le traitement des dossiers.

À Paris, les sessions de formation ont lieu au Cnam (3e arrondissement) :
292 rue Saint-Martin ou 2 rue Conté
Métro Réaumur-Sébastopol ou Arts et Métiers.

FINANCEMENTS POSSIBLES

FINANCEMENT EMPLOYEUR

Possibilité de financement dans le cadre du budget de formation de l'entreprise, par l'organisme auquel l'employeur verse la contribution à la formation professionnelle continue (une convention de formation professionnelle est alors établie).

L'OPCO de l'employeur peut également prendre en charge totalement ou partiellement le coût de la formation.

FINANCEMENT FIF-PL

Le FIF-PL (Fonds interprofessionnel de formation des professions libérales) est un organisme collecteur, qui offre une possibilité de prise en charge totale ou partielle du coût de la formation, sur dossier dans la limite d'une enveloppe annuelle (demande préalable à effectuer en ligne sur **www.fifpl.fr**).

FINANCEMENTS ANDPC

L'Agence Nationale du Développement Professionnel Continu (DPC) contribue à la prise en charge du DPC pour les professionnels de santé libéraux conventionnés et salariés exerçant en centre de santé conventionné (biologistes, chirurgiens-dentistes, infirmiers, masseurs-kinésithérapeutes, médecins, orthophonistes, orthoptistes, pédicures-podologues, pharmaciens et sages-femmes).

Chaque forfait de prise en charge comprend :

- la participation de l'Agence au paiement de l'organisme de DPC dispensant l'action de DPC suivie ;
- une indemnisation du professionnel de santé pour sa participation à l'intégralité de son action de DPC.

Retrouvez les formations DPC sous le signe Cnam Istna, numéro 5520 :

www.agencedpc.fr

AUTRES POSSIBILITÉS POUR LES PROFESSIONNELS LIBÉRAUX

CRÉDIT D'IMPÔT

Les heures passées en formation ouvrent droit à un crédit d'impôt si cette formation est payante. Le crédit d'impôt est proportionnel aux efforts de formation mais plafonné à 40 heures par an. Le montant du crédit est égal au produit du nombre d'heures passées en formation par le taux horaire du Smic en vigueur.

DÉDUCTION FISCALE

Toutes les dépenses engagées pour suivre une formation (déplacement, hébergement, repas, coût de la formation si non pris en charge) constituent des frais professionnels. À ce titre, ils doivent être notifiés sur la déclaration d'impôt afin d'être déduits des revenus.



PATHOLOGIE & SANTÉ

Formation présentielle

Éducation thérapeutique du patient Formation validante à l'ETP 40h p.12

Formation présentielle

Allergies alimentaires p.14

Formation présentielle

Nutrition et santé de la femme p.15

Formation présentielle

Troubles des conduites alimentaires p.16

Formation présentielle

Obésité, chirurgie bariatrique : organisation et prise en charge du patient p.17

Formation présentielle

Nutrition, pathologies digestives et alimentation contrôlée en FODMAPs p.18

Formation distancielle

Microbiote intestinal et lien avec les pathologies p.19

Formation présentielle

Nutrition et cancer p.20

Formation présentielle

Dénutrition, nutrition entérale, parentérale et compléments nutritionnels p.21

Formation présentielle

Nutrition et maladie d'Alzheimer p.22



EDU 2 ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE DU PATIENT

OBJECTIFS

- S'approprier les connaissances et les concepts de l'ETP
- Maîtriser la méthodologie ETP
- Être en mesure de mener un programme d'éducation thérapeutique dans la prise en charge du patient (bilan éducatif partagé (BEP) initial et final, entretien...)
- Être à même de mettre en place des ateliers en ETP (animation et co animation, évaluation de l'atelier ...)
- Savoir réaliser des prises en charge en ETP au sein d'une équipe pluridisciplinaire

Jour 1

Définition et fondements de l'éducation thérapeutique du patient (ETP)

- Définition, cadre, finalités de l'ETP
- Histoire et grandes époques de l'ETP
- Grandes étapes et caractéristiques d'une démarche d'ETP
- Notion de patient, droit et devoir envers lui
- Notion de maladie chronique, impact sur le patient et son entourage

Méthodologie de l'ETP

- Différents types de pédagogies
- Processus d'apprentissage chez un enfant, adolescent et adulte
- Spécificités des ETP pour les enfants et adolescents

Jour 2

Construction d'un Bilan Éducatif Partagé (BEP)

- État des lieux des besoins du patient et préparation de son entretien
- Élaboration d'un BEP, émergence des compétences d'auto-soin, de sécurité et d'adaptation
- Synthèse de l'entretien, proposition d'un programme en fonction des besoins des patients

Méthodologie de l'entretien BEP

- Posture : attitudes facilitantes et cristallisantes
- Technique d'écoute, de reformulation et outils pendant l'entretien

Jour 3

Entretien motivationnel lors du BEP

- Technique de l'entretien motivationnel
- Outils de la thérapie d'acceptation et d'engagement

Réalisation d'un BEP

- Annonce de la maladie chronique
- Réalisation d'un entretien BEP

Stratégie de prise en charge avec le patient lors du BEP

- Définition d'un plan personnalisé avec le patient à partir de la synthèse d'évaluation des besoins
- Construction d'un programme d'ETP

FORMATION VALIDANTE À L'ETP 40H

Pour plus d'informations et connaitre les intervenants



Jour 4

Conception d'une fiche pédagogique

- Méthodologie et objectifs d'une fiche pédagogique
- Mise en situation d'élaboration d'une fiche pédagogique
- Création d'une séquence pédagogique

Conception de l'évaluation d'un atelier

- Différentes formes d'évaluation
- Construction d'une évaluation pour un atelier
- Élaboration d'un questionnaire de satisfaction

Jour 5

Bilan des ateliers avec le patient

- Construction du flyer de l'atelier, argumentaire et bénéfice patient
- Élaboration du BEP final

Suivi du patient en fin de parcours

- Maintien du lien avec les patients
- Suivi du patient après un ETP lien entre hôpital/libéral, constitution d'un réseau de partenaires

Patients experts

- Présentation des patients experts : rôle et mission

Jour 6

Collaboration patient et soignant

- Notion d'empowerment chez le patient, la prise de décision
- Mise en place de l'alliance thérapeutique

Difficultés du patient lors de son parcours

- Transgressions par les patients et prévention de l'abandon au cours d'un parcours d'ETP

Animation d'un atelier collectif au sein du programme ETP

- Dynamique de groupe
- Travail en équipe et transmission au sein des équipes

PUBLIC VISÉ

Professionnel de santé, paramédical et acteur de la prévention

DATES & LIEU

23 > 25 septembre 2026
& 14 › 16 octobre 2026
en présentiel à Paris

22 > 24 septembre 2027
& 13 > 15 octobre 2027
en présentiel à Paris

PRIX

à partir de
1 680 € TTC

p. 8 pour plus de détails



SANT 6 ALLERGIES ALIMENTAIRES

OBJECTIFS

- Actualiser ses connaissances sur les allergies alimentaires, leurs manifestations cliniques et les méthodes diagnostiques
- Comprendre les répercussions des allergies alimentaires sur la qualité de vie des patients
- Identifier les principaux allergènes alimentaires et connaître les stratégies de prévention
- Savoir mettre en place une prise en charge nutritionnelle adaptée, notamment les régimes thérapeutiques, à domicile comme en établissement de soins

Jour 1

Dimension en santé publique et aspects clinique

- Prévalences actuelles des allergies alimentaires et impact des modifications des comportements, des aspects sociaux et des transformations d'ordre économique
- Tableaux cliniques et méthodes de diagnostic : physiopathologie, aspects cliniques, diagnostic, prise en charge thérapeutique et prévention, observations cliniques
- Impact sur la qualité de vie

Jour 2

Prise en charge de patients

- Allergènes alimentaires les plus courants chez l'adulte et l'enfant
- Allergènes émergents
- Prévention de l'allergie alimentaire chez le nourrisson de famille atopique
- Mise en place des régimes thérapeutiques, prévention
- Prise en charge des régimes en établissement de soins

Pour plus d'informations et connaitre les intervenants

PUBLIC VISÉ

Médecin, diététicien-nutritionniste, infirmier

DATES & LIEU

17 > 19 juin 2026
16 > 17 juin 2027
en présentiel à Paris

PRIX

à partir de
560 € TTC

p. 8 pour plus de détails



SANT 1 NUTRITION ET SANTÉ DE LA FEMME

OBJECTIFS

- Connaître les besoins nutritionnels de la femme à toutes les étapes de sa vie
- Pouvoir conseiller et accompagner les femmes enceintes aux différents temps de grossesse puis pendant l'allaitement
- Être en mesure d'accompagner les femmes sur la prévention et la gestion des troubles féminins

Jour 1

Nutrition et fertilité

- Évaluation de la fertilité
- Impact de l'IMC et de la graisse viscérale sur la fertilité
- Importance des vitamines sur la fertilité
- Épigénétique et concept de DOHAD

Femme enceinte & allaitement

- Grossesse : modification physiologique et impact sur le métabolisme
- Besoins nutritionnels et conseils alimentaires chez la femme enceinte aux différents temps de la grossesse
- Alimentation de la femme enceinte en cas de pathologie (diabète gestationnel, hypertension)
- Besoins nutritionnels de la femme allaitante
- Bénéfices de l'allaitement maternel sur la santé du nourrisson, sur la régulation des apports, sur la sensibilisation au goût et en prévention de l'obésité

Jour 2

Spécificités du public féminin et stratégies nutritionnelles

- Cycle menstruel : impacts sur la physiologie et le métabolisme nutritionnel, liens entre nutrition et phases du cycle menstruel
- Périménopause et ménopause
- Syndrome prémenstruel (SPM)
- Syndrome des ovaires polykystiques (SOPK)
- Endométriose

Pour plus d'informations et connaitre les intervenants

PUBLIC VISÉ

Médecin, diététicien-nutritionniste, infirmier, sage-femme

DATES & LIEU

23 > 24 novembre 2026
22 > 23 novembre 2027
en présentiel à Paris

8 > 9 mars 2027
en distanciel

PRIX

à partir de 560 € TTC

p. 8 pour plus de détails



SOC 4 TROUBLES DES CONDUITES ALIMENTAIRES

OBJECTIFS

- Comprendre les troubles des conduites alimentaire (TCA)
- Être en mesure de dépister les TCA
- Conceptualiser la problématique du patient et en déduire des pistes thérapeutiques
- Savoir prendre en charge un patient atteint de TCA
- Savoir travailler en équipe pour une prise en charge des TCA, en libéral ou à l'hôpital

Jour 1

Anorexie mentale, boulimie, compulsion alimentaire : généralités

- Différents troubles des conduites alimentaire : définitions et caractéristiques
- Données épidémiologiques, cliniques et biologiques
- Comorbidités et complications
- Évolution et pronostic
- Dynamique familiale

Troubles de l'attachement et blessures narcissiques

- Théorie de l'attachement et les différents attachements
- Carences affectives et éducatives, négligence et maltraitance infantiles
- Stratégie de compensation et de consolation
- Blessures narcissiques : sentiment de vide, d'abandon, de rejet, d'injustice, de trahison et d'humiliation

Jour 2

Troubles des conduites alimentaires atypiques

- Définitions et caractéristiques d'un TCA atypique
- Hyperphagie, orthorexie, restriction cognitive, potomanie, alcoolorexie, diaboulimie....

Trauma et troubles du comportement alimentaire

- Psycho traumatologie
- Traumatisme et Etat de Stress Post-Traumatique (ESPT)
- Mémoire amnésique
- Mécanisme de dissociation
- Stratégies d'anesthésie alimentaire
- Lien entre traumatisme et TCA
- Prévention des compensations psychiques des patients
- Spécificités des agressions sexuelles

Pour plus d'informations et connaitre les intervenants

Jour 3

Prise en charge

- Différents niveaux d'intervention : médical, psychologique, nutritionnel, familial et thérapeutique
- Rôles des différents acteurs possibles dans la prise en charge des TCA
- Prise en charge selon le TCA
- Etapes de la thérapie cognitive et comportementale (TCC) du TCA
- Dynamique familiale et alliance thérapeutique
- Adaptation de la prise en charge

PUBLIC VISÉ

Diététicien-nutritionniste, infirmier, psychologue

DATES & LIEU

28 > 30 septembre 2026
27 > 29 septembre 2027
en présentiel à Paris

22 > 24 février 2027
en distanciel

PRIX

à partir de 840 € TTC

p. 8 pour plus de détails

SANT 11 OBÉSITÉ, CHIRURGIE BARIATRIQUE : ORGANISATION ET PRISE EN CHARGE DU PATIENT



OBJECTIFS

- Appréhender les indications et les différentes techniques de la chirurgie bariatrique
- Améliorer la préparation et le suivi pré et post opératoire du patient en situation d'obésité
- Améliorer l'efficacité à long terme de la chirurgie et réduire la survenue des complications
- Perfectionner et organiser la coordination des équipes dédiées à la prise en charge

Jour 1

Généralités et définitions

- Place de la chirurgie bariatrique dans le traitement de l'obésité : indications, contre-indications et risques
- Mécanismes et conséquences nutritionnelles
- Différents types d'interventions et recommandations
- Résultats sur la mortalité et les comorbidités
- Recherche, prévention et prise en charge des complications fonctionnelles et nutritionnelles

Pour plus d'informations et connaitre les intervenants

Jour 2

Approche psychologique pré et post chirurgicale

- Évaluation psychologique/psychiatrique en préopératoire
- Contre-indications à la chirurgie
- Préparation à la chirurgie bariatrique et à ses implications psychologiques : attentes irréalistes, modification corporelle et relationnelle
- Prise en charge psychologique en postopératoire

Suivi nutritionnel

- Points clés de l'évaluation nutritionnelle en préopératoire
- Conseils nutritionnels en préopératoire : initier le changement
- Réalimentation postopératoire puis mise en place d'une éducation nutritionnelle
- Prévention et recherche des carences vitaminiques et nutritionnelles
- Évaluation du comportement alimentaire, de l'activité physique et de la qualité de vie

PUBLIC VISÉ

Médecin, diététicien-nutritionniste, infirmier, psychologue

DATES & LIEU

16 > 17 décembre 2026
15 > 16 décembre 2027
en présentiel à Paris

PRIX

à partir de 560 € TTC

p. 8 pour plus de détails



Formation présentielle

SANT 10

NUTRITION, PATHOLOGIES DIGESTIVES ET ALIMENTATION CONTRÔLÉE EN FODMAPS

OBJECTIFS

- Mettre à jour ses connaissances sur les pathologies digestives tant sur le plan physiologique, fonctionnel que nutritionnel
- Connaitre la prise en charge nutritionnelle initiale et au long cours de ces pathologies
- Mettre à jour ses connaissances sur le syndrome de l'intestin irritable et sur les régimes sans FODMAPs
- Être en mesure de prendre en charge un patient nécessitant un régime sans FODMAPs

Jour 1

Généralités, mécanismes et définitions

- Maladie de Crohn, rectocolite hémorragique, maladie cœliaque, chirurgie intestinale, colopathies, pathologies de l'estomac, du pancréas, du foie :
  - › mécanismes physiopathologiques
  - › répercutions fonctionnelles
  - › conséquences nutritionnelles
- Réhabilitation précoce en chirurgie digestive : E. R. A. S. (Enhance Recovery After Surgery)

Jour 2

Prise en charge nutritionnelle du patient

- Évaluation nutritionnelle et diagnostic
- Nutrition artificielle
- Régime de réalimentation
- Pathologies de l'œsophage, de l'estomac, du pancréas, hépatiques, intestinales, coliques
- Chirurgie bariatrique

Jour 3 - optionnel

Alimentation contrôlée en FODMAPs

- Définition et mécanisme, protocole en deux phases
- Efficacité et risques
- Différences avec le régime sans gluten et sans lactose
- Dosage en FODMAPs et tests respiratoires
- Autres domaines d'applications du régime FODMAPs
- Implémentation de la 1ère phase d'éviction : explications, lecture d'étiquettes, établissement des repas, courses
- Implémentation de la 2e phase de réintroduction : explications, interprétation des résultats

Pour plus d'informations et connaitre les intervenants

DATES & LIEU

16 > 18 novembre 2026
15 > 17 novembre 2027
en présentiel à Paris

PUBLIC VISÉ

Médecin, diététicien-nutritionniste, infirmier

PRIX

Formation complète :
à partir de 840 € TTC
Jours 1 & 2 :
à partir de 560 € TTC
Jour 3 :
à partir de 280 € TTC

p. 8 pour plus de détails

SANT 12

MICROBIOTE INTESTINAL ET LIEN AVEC LES PATHOLOGIES

OBJECTIFS

- Comprendre le microbiote intestinal, son rôle et son importance
- Identifier les effets de facteurs environnementaux sur le microbiote intestinal
- Être en mesure de reconnaitre le rôle causal de dysbioses intestinales dans les maladies chroniques intestinales, l'obésité et le syndrome métabolique
- Agir positivement sur le microbiote intestinal par l'alimentation
- Déterminer le rôle des probiotiques et des prébiotiques

Jour 1

Généralités

- Définition, composition, mise en place au cours de la vie, diversité
- Analyse du microbiote
- Focus sur les particularités du microbiote intestinal / interaction avec la muqueuse intestinale
- Rôles principaux du microbiote dans la physiologie
- Axe microbiote-intestin-cerveau
- Microbiote et résistance aux agents infectieux
- Modèles précliniques de l'étude du microbiote
- Rôle du microbiote dans différents exemples de physiopathologies
- Modulation du microbiote par utilisation de prébiotiques/postbiotiques

Jour 2

Son rôle dans les pathologies

- Lien intestin-cerveau
- Lien avec les troubles des conduites alimentaires
- Rôle dans l'obésité
- Rôle dans les pathologies neuro psychiatriques
- Maladies intestinales et hépatiques : impact du microbiote sur leur évolution
- Transplantation du microbiote fécal
- Autres moyens de réguler le microbiote

Pour plus d'informations et connaitre les intervenants

PUBLIC VISÉ

Médecin, diététicien-nutritionniste, infirmier

DATES & LIEU

21 > 22 septembre 2026
20 > 21 septembre 2027
en distanciel

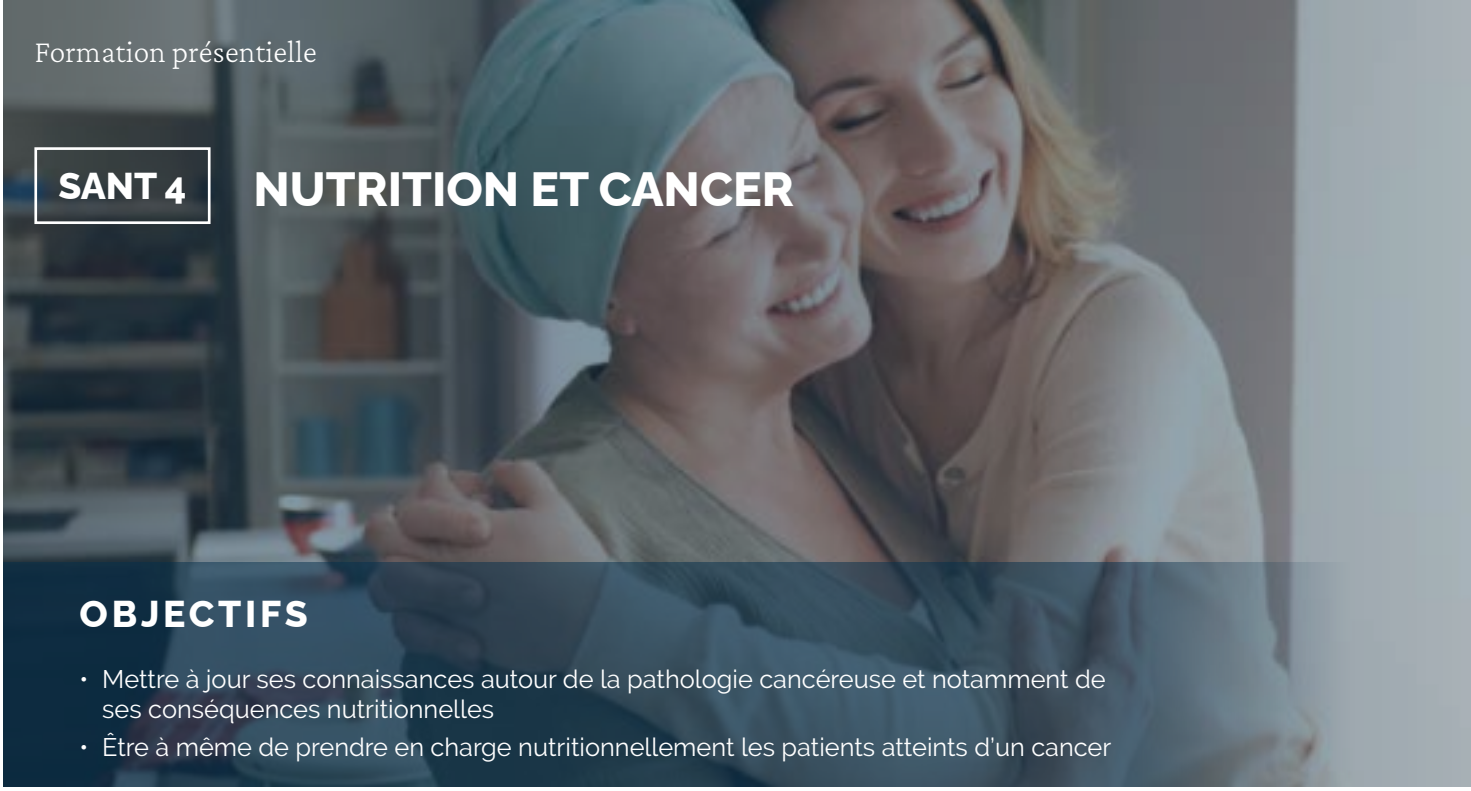
PRIX

à partir de 560 € TTC

p. 8 pour plus de détails

Formation présentielle

SANT 4 NUTRITION ET CANCER



OBJECTIFS

- Mettre à jour ses connaissances autour de la pathologie cancéreuse et notamment de ses conséquences nutritionnelles
- Être à même de prendre en charge nutritionnellement les patients atteints d'un cancer

Jour 1

Pathologie cancéreuse

- Place de l'alimentation dans la prévention primaire et secondaire des cancers
- Déterminants métaboliques de la pathologie cancéreuse
- Cachexie cancéreuse : physiopathologie et conséquences
- Dépistage et diagnostic de la dénutrition en cancérologie

Jour 2

Prise en charge nutritionnelle en cancérologie

- Conseils diététiques en cancérologie : adaptation de l'alimentation des patients
- Intérêt des compléments nutritionnels
- Jeûne et régimes de restriction glucidiques
- Nutrition périopératoire
- Nutrition en cours de chimiothérapie
- Nutrition artificielle en fin de vie
- Nutrition au cours de la radiothérapie
- Nutrition entérale
- Nutrition parentérale

Pour plus d'informations et connaitre les intervenants

PUBLIC VISÉ

Médecin, diététicien-nutritionniste, infirmier

DATES & LIEU

8 > 9 juin 2026
7 > 8 juin 2027
en présentiel à Paris

PRIX

à partir de 560 € TTC

p. 8 pour plus de détails

SANT 5 DÉNUTRITION, NUTRITION ENTÉRALE, PARENTÉRALE ET COMPLÉMENTS NUTRITIONNELS

OBJECTIFS

- Comprendre les raisons de la dénutrition, pouvoir la diagnostiquer et la prévenir, être sensibilisé aux situations à risque
- Définir les règles et les bonnes pratiques pour la nutrition entérale, parentérale et les compléments nutritionnels
- Connaître les principales techniques
- Appréhender les risques et les moyens de prévention

Jour 1

Dénutrition

- Définition
- Dépistage et diagnostic
- Causes et conséquences
- Signes d'alertes et prévention
- Démarche de soin nutritionnel envers une personne dénutrie

Jour 2

Nutrition entérale

- Règles et bonnes pratiques
- Principales techniques
- Risques et moyens de prévention
- Communication envers le patient et son entourage

Compléments nutritionnels

- Stratégie de prise en charge diététique et compléments nutritionnels
- Nouveaux produits de complémentation orale
- Effets de la complémentation orale sur la prise orale spontanée

Jour 3

Nutrition parentérale et questions d'éthique posées par la nutrition artificielle

- Règles et bonnes pratiques
- Principales techniques
- Risques et moyens de prévention
- Modalités de prescription, de dispensation et de mise en œuvre de la nutrition parentérale à domicile
- Communication envers le patient et son entourage

Pour plus d'informations et connaitre les intervenants

PUBLIC VISÉ

Médecin, diététicien-nutritionniste, infirmier

DATES & LIEU

9 > 11 décembre 2026
8 > 10 décembre 2027
en présentiel à Paris

PRIX

à partir de 840 € TTC

p. 8 pour plus de détails



SANT 9 NUTRITION ET MALADIE D'ALZHEIMER

OBJECTIFS

- Reconnaître la maladie d'Alzheimer, ses effets et ses comportements
- Connaître les causes, les conséquences et les mécanismes de la dénutrition chez les personnes âgées
- Assurer un dépistage, une prévention et une prise en charge optimale
- Savoir identifier les caractéristiques des malades atteints d'Alzheimer du point de vue de l'alimentation
- Connaître la physiopathologie de la déglutition et du refus alimentaire chez les personnes âgées
- Gérer la prise en charge des patients ayant des troubles de la déglutition ou refusant de se nourrir
- Mener une réflexion de la prise en charge alimentaire du malade atteint d'Alzheimer

Jour 1

Maladie d'Alzheimer et prise en charge médicale

- Diagnostic de la pathologie, effets sur les activités de la vie quotidienne, regard de la société sur la maladie d'Alzheimer
- Autres démences, diagnostic différentiel
- Besoins de la personne âgée démente

Jour 2

Démarche de soin nutritionnelle et maladie d'Alzheimer

- Spécificités de l'acte alimentaire chez les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer
- Étapes du repas : l'avant-repas, l'installation, l'attente, le lieu, le temps, le déroulement, la convivialité, la nourriture, la digestion...
- Spécificités du « Manger-main »
- Repas adaptés pour les personnes atteintes d'Alzheimer
- Place du repas entre la personne atteinte d'Alzheimer et la famille
- Posture des soignants vis-à-vis de la personne et de son alimentation
- Importance de l'aide des ateliers thérapeutiques pour le patient et pour le soignant

Jour 3

Refus alimentaire chez la personne âgée

- Refus de manger chez le patient âgé hospitalisé : causes, conséquences, prises en charge
- Démarches susceptibles de favoriser la relation au repas et le rôle du soignant

Déglutition chez la personne âgée

- Physiologie de la déglutition chez la personne âgée
- Stratégies de prise en charge des troubles de la déglutition : indications adaptées

Pour plus d'informations et connaitre les intervenants

PUBLIC VISÉ

Diététicien-nutritionniste, infirmier

DATES & LIEU

7 > 9 décembre 2026
6 > 8 décembre 2027
en présentiel à Paris

PRIX

à partir de 840 € TTC

p. 8 pour plus de détails

NOTES PERSONNELLES



PRÉCARITÉ & HANDICAP

Formation distancielle

Alimentation, activité physique et précarité p.26

Formation diplômante

Diplôme de spécialisation professionnelle - Animateur en épicerie solidaire.....p.27

Formation présentielle

Alimentation de l'enfant et de l'adulte en situation de handicap..... p.28

Un outil à votre disposition

ESCAPADE® : outil pour des comportements nutritionnels favorables à la santé en établissements spécialisés p.29



Formation distancielle



SOC 3

ALIMENTATION, ACTIVITÉ PHYSIQUE ET PRÉCARITÉ

OBJECTIFS

- Approfondir ses compétences professionnelles en nutrition (alimentation et activité physique) et précarité
- Identifier les spécificités nutritionnelles des personnes en situation de précarité
- Connaître les recommandations nutritionnelles à budget bloqué
- Maitriser les différentes stratégies d'actions d'éducation nutritionnelle en précarité
- S'approprier les outils et techniques d'animation adaptés

Jour 1

Généralités sur la précarité

- Précarité et pauvreté : états des lieux et concepts
- Facettes de la précarité : impacts sur la santé et les comportements nutritionnels
- Postures, discours, outils à privilégier et points de vigilance pour accompagner les personnes en situation de précarité
- Aides alimentaires et initiatives solidaires en nutrition
- Prise en compte des déterminants socio-culturels des comportements dans la mise en place d'actions en nutrition précarité

Jour 2

Spécificités nutritionnelles de la précarité

- Conseils nutritionnels pour les publics en situation de précarité, prise en compte des recommandations et des outils du PNNS
- Stratégies de choix à budget compté
- Compréhension des motivations, des repères et des attentes concrètes des publics face à la nutrition

Actions en nutrition précarité

- Méthodologie d'actions en nutrition précarité
- Outils et techniques d'animation en nutrition précarité

Pour plus d'informations et connaitre les intervenants

PUBLIC VISÉ

Professionnel de santé, paramédical et acteur de la prévention

DATES & LIEU

28 > 29 janvier 2026
18 > 19 janvier 2027
en distanciel

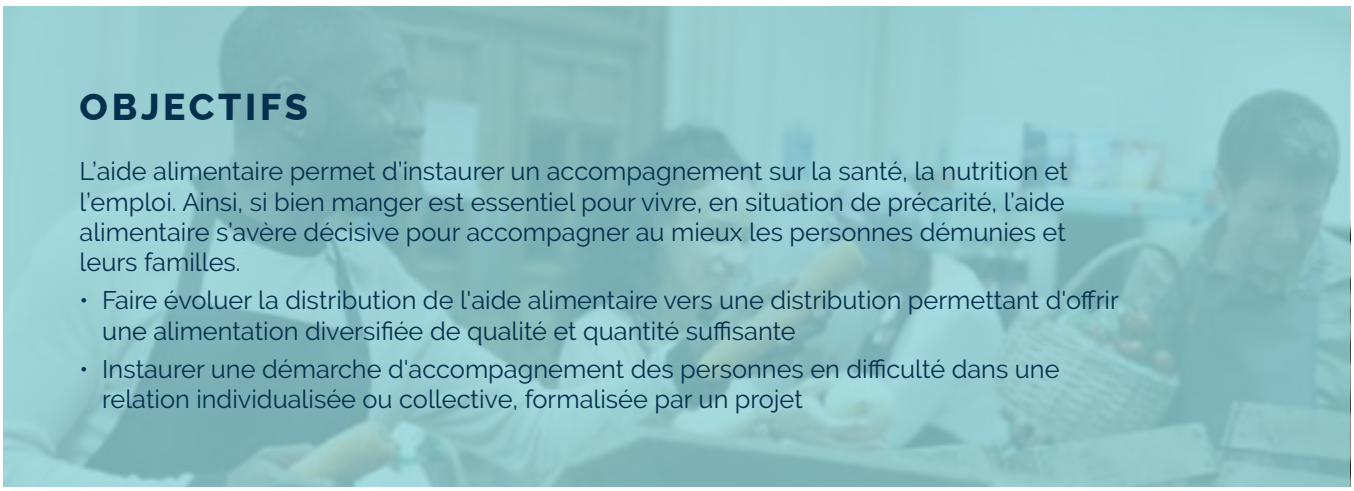
PRIX

à partir de 560 € TTC

p. 8 pour plus de détails

DSP0300A

DIPLÔME DE SPÉCIALISATION PROFESSIONNELLE
ANIMATEUR EN ÉPICERIE SOLIDAIRE



OBJECTIFS

L'aide alimentaire permet d'instaurer un accompagnement sur la santé, la nutrition et l'emploi. Ainsi, si bien manger est essentiel pour vivre, en situation de précarité, l'aide alimentaire s'avère décisive pour accompagner au mieux les personnes démunies et leurs familles.

- Faire évoluer la distribution de l'aide alimentaire vers une distribution permettant d'offrir une alimentation diversifiée de qualité et quantité suffisante
- Instaurer une démarche d'accompagnement des personnes en difficulté dans une relation individualisée ou collective, formalisée par un projet

Contenu détaillé

- USCF09 - Ouverture (6 ECTS)
- USAL3C - Anglais 1 (2 ECTS)
- USAL3F - Économie, gestion et organisation de l'entreprise (3 ECTS)
- USAL3E - Méthodes et outils de la communication écrite 1 (3 ECTS)
- USCF0E - Informatique et outils numériques (6 ECTS)
- USAL3D - Outils mathématiques (2 ECTS)
- USAL3G - Démarches de projet 1 (2 ECTS)
- USAB3Q - Institutions et acteurs de l'intervention sociale : accueil, information, orientation (6 ECTS)
- USAB3R - Institutions et acteurs de l'intervention sociale : l'accompagnement (6 ECTS)
- USAB3S - La relation aux publics en situation d'accompagnement (6 ECTS)
- USAB3T - La relation aux publics : méthodologie de l'accompagnement (6 ECTS)
- USAB3U - Aide alimentaire en France (2 ECTS)
- USAB3V – Spécificités nutritionnelles des personnes en situation de précarité (2 ECTS)
- UAAB14 – Expérience professionnelle (8 ECTS)

Public et métiers ciblés

La formation est accessible aux titulaires du baccalauréat et plus particulièrement :

- Aux jeunes bacheliers qui n'ont pas trouvé de réponse à leurs vœux sur Parcoursup
- Aux jeunes qui, un an après l'obtention de leur Bac, se trouvent en difficulté dans le supérieur ou sur le marché du travail

Format diplômant
Remise d'un diplôme

Pour plus d'informations et connaitre les intervenants

Organisation

Conçu sous un format constitué d'unités d'enseignement (UE) capitalisables, le diplôme Bac+1 Accompagnement social et aide alimentaire s'articule autour d'un tronc commun centré sur l'acquisition des compétences transverses et d'enseignements de spécialité axés sur les compétences-métiers.

Cette formation est proposée en alternance.

L'inscription est à réaliser sur Parcoursup et/ou en ligne : remplissage de dossier de candidature et entretien.

DATES & LIEU

Nous consulter

DURÉE

Sur une année scolaire, un total de 980 heures : 580 heures d'enseignement et 400 heures de stage. Le stage doit être d'une durée de 400 heures dans le domaine professionnel visé par la spécialité du diplôme.

PRIX

Nous consulter



SANT 2

ALIMENTATION DE L'ENFANT ET DE L'ADULTE EN SITUATION DE HANDICAP

OBJECTIFS

- Comprendre les enjeux de l'alimentation chez les personnes en situation de handicap, incluant les spécificités liées aux troubles du neurodéveloppement (TSA, TDAH)
- Identifier et les troubles alimentaires des personnes en situation de handicap
- Adapter sa posture et ses pratiques professionnelles pour accompagner efficacement l'alimentation des personnes en situation de handicap
- Optimiser la prise en charge alimentaire au service de la santé et de la qualité de vie
- Mettre en œuvre des actions adaptées dans son contexte professionnel

Jour 1

Handicap, alimentation et institution

- Place de l'alimentation dans la vie quotidienne des personnes en situation de handicap : introduction au secteur du médico-social et aux bases de l'équilibre alimentaire
- Représentations des professionnels, de la famille et de l'entourage : posture adaptée pour accompagner à une alimentation favorisant une bonne santé
- Enjeux nutritionnels associés aux personnes en situation de handicap et les leviers d'action
- Organisation du temps des repas

Jour 2

Troubles de l'alimentation et de la digestion

- Évaluation de l'état nutritionnel et des besoins spécifiques
- Surpoids et obésité : prévalence, causes et moyens d'action
- Dénutrition : prise en charge de la personne dénutrie, techniques d'enrichissement, place de la complémentation orale, de la nutrition entérale
- Hydratation : besoins, analyse des difficultés rencontrées face à l'hydratation de personnes en situation de handicap et techniques pour faciliter l'hydratation
- Reflux gastro-œsophagien : prévalence, causes, observation clinique, prise en charge
- Constipation : prévalence, causes, dépistage des personnes à risque, prise en charge

Jour 3

Spécificités nutritionnelles associées au handicap

- Clés d'observation de la mastication et de la déglutition
- Importance de l'environnement sensoriel
- Importance du tonus et de la posture, moyens d'aide
- Textures des aliments et des boissons : choix des aliments et repères pour une texture adaptée du repas en fonction des capacités
- Refus alimentaire : différentes causes et stratégies d'intervention possibles

Pour plus d'informations et connaitre les intervenants

PUBLIC VISÉ

Diététicien-nutritionniste, infirmier

DATES & LIEU

7 > 9 décembre 2026
13 > 15 décembre 2027
en présentiel à Paris

PRIX

à partir de 840 € TTC

p. 8 pour plus de détails

UN OUTIL

À VOTRE DISPOSITION

Pour les Établissements SpéCialisés
Activité Physique et Alimentation DivErsifiées

ESCAPADE® : OUTIL POUR DES COMPORTEMENTS NUTRITIONNELS FAVORABLES À LA SANTÉ EN ÉTABLISSEMENTS SPÉCIALISÉS



QUOI ?

Un site pédagogique proposant des activités multiples en alimentation, activité physique et santé bucco-dentaire, favorables à la santé.

POUR QUI ?

Pour les professionnels et entourage accompagnant les personnes avec des déficiences intellectuelles et/ou des troubles du comportement.

Concerne les enfants/adolescents et adultes en situation de handicap.

POURQUOI ?

Promouvoir l'acquisition d'habitudes en alimentation, activité physique et hygiène bucco-dentaire favorables à la santé.

PRESTATIONS PROPOSÉES

Des formations sur mesure possible.

www.nutrition-escapade.fr



ENFANCE & ADOLESCENCE

Formation présentielle

Nutrition et 1 000 premiers jours p.32

Formation présentielle

Alimentation de l'enfant et troubles alimentaires pédiatriques ..p.33

Formation présentielle

Les outils pratiques de la prise en charge diététique chez l'enfant et l'adolescent vivant avec une obésité..... p.34

Formation présentielle

Goût : éducation sensorielle.....p.35

Formation e-learning

Nutrition et assistants maternels..... p.36

Un outil à votre disposition

ICOFAS® : outil pour des comportements nutritionnels favorables à la santé en milieu scolaire.....p.37



Formation présentielle

SANT 14 NUTRITION ET 1 000 PREMIERS JOURS



OBJECTIFS

- Approfondir ses connaissances sur le développement du nouveau-né et du nourrisson pendant la période des 1000 premiers jours
- Être en mesure d'accompagner les familles sur l'alimentation et l'activité physique/ sédentarité du nouveau-né et du nourrisson à chaque étape du développement
- Acquérir des compétences dans le soutien à la parentalité pour renforcer le parcours des 1000 premiers jours

Jour 1

Les 1000 premiers jours

- Période de vulnérabilité et fenêtre d'opportunité
- Impact sur la santé future
- Concept de la DOHaD et de « programmation fœtale »

Activité physique et sédentarité

- Activité physique et sédentarité pendant la grossesse : effets sur la femme enceinte, sur l'enfant et sur l'accouchement
- Activité physique et sédentarité jusqu'aux 2 ans de l'enfant (de la naissance à 6 mois, de 6 mois à 1 an et à partir de 12 mois)

Alimentation

- Étapes de l'alimentation de l'enfant selon sa croissance et ses besoins nutritionnels
- Allaitement maternel : bénéfices et application
- Préparations lactées pour nourrisson : les différents laits et leurs utilisations
- Étapes de la diversification et recommandations
- Allergies, intolérances et adaptations alimentaires

Jour 2

Aspects éducatifs

- Acquisition et éveil du goût
- Sensibilité individuelle, néophobie alimentaire, aversions
- Accompagnement parental : partage des responsabilités et alimentation réactive

Surpoids et obésité

- Régulation de la balance énergétique
- Suivi des courbes de croissance
- Déterminants précoces du surpoids de l'enfant
- Accompagnement éducatif (parents, famille, professionnels...)

Pour plus d'informations et connaitre les intervenants

PUBLIC VISÉ

Diététicien-nutritionniste, infirmier, sage-femme, puéricultrice

DATES & LIEU

17 > 18 décembre 2026
24 > 25 novembre 2027
en présentiel à Paris

PRIX

à partir de 560 € TTC

p. 8 pour plus de détails



SOC 9

ALIMENTATION DE L'ENFANT ET TROUBLES ALIMENTAIRES PÉDIATRIQUES

OBJECTIFS

- Comprendre et connaître les phases du développement de l'oralité chez l'enfant
- Appréhender les mécanismes des troubles de l'oralité
- Connaitre les différentes étapes de l'alimentation de l'enfant
- Être à même de participer à la prise en charge des troubles de l'oralité liés à l'alimentation
- Savoir proposer un accompagnement au quotidien
- Mettre en place une évaluation diététique des troubles alimentaires pédiatriques
- Dépister une dénutrition en cas de trouble alimentaire pédiatrique
- Réaliser une prise en charge diététique des troubles alimentaires pédiatriques

Jour 1

L'oralité : généralités

- Différentes phases de l'oralité : alimentaire, verbale et sensorimotrice
- Développement des compétences alimentaires et focus sur les allergènes
- Déglutition

Troubles alimentaires pédiatriques

- Définitions et diagnostic différentiel
- Facteurs favorisants
- Classification des signes d'alerte et orientation

Jour 2

Accompagnement et prise en charge

- Axes de prise en soin
- Accompagnement parental
- Outils d'accompagnement

Jour 3 - optionnel

Approfondissement diététique

Spécificités diététiques des troubles alimentaires pédiatriques

- Évaluation diététique des troubles alimentaires pédiatriques
- Dépistage de la dénutrition en cas de trouble alimentaire pédiatrique
- Prise en charge diététique des troubles alimentaires pédiatriques
- Éducation thérapeutique adaptée aux troubles alimentaires pédiatriques
- Accompagnement parental

DATES & LIEU

2 > 4 décembre 2026
1 > 3 décembre 2027
en présentiel à Paris

16 > 18 février 2027
en distanciel

PUBLIC VISÉ

Jours 1 & 2 :
Médecin, diététicien-nutritionniste, infirmier, orthophoniste, psychomotricien, puéricultrice

Jour 3 :
Diététicien-nutritionniste

PRIX

Formation complète :
à partir de 840 € TTC
Jours 1 & 2 :
à partir de 560 € TTC

p. 8 pour plus de détails

Pour plus d'informations et connaitre les intervenants

Formation présentielle

SANT 8

LES OUTILS PRATIQUES DE LA PRISE EN CHARGE DIÉTÉTIQUE CHEZ L'ENFANT ET L'ADOLESCENT VIVANT AVEC UNE OBÉSITÉ



OBJECTIFS

- Améliorer ses pratiques dans la prise en charge du surpoids et de l'obésité de l'enfant, de l'adolescent et sa famille
- Connaitre les différentes stratégies de prises en soins
- Réaliser une prise en soins adaptée aux patients à l'aide d'outils pratiques

Jour 1

Prise en charge diététique

- Étapes clés dans la construction du goût et des habitudes alimentaires chez l'enfant et l'adolescent
- Neurobiologie de la prise alimentaire et déterminants de l'obésité
- Impacts de la restriction cognitive pour le patient et les répercussions familiales
- Déroulement d'une première consultation bilan dans le cadre d'une prise en soins diététique d'un enfant ou adolescent vivant avec une obésité : le rapport à l'alimentation de l'enfant et de sa famille (identifier les croyances), l'analyse fonctionnelle, les différentes dimensions à explorer
- TCA et obésité : épidémiologie, évaluation et rôle du diététicien dans la prise en soins
- Définition d'une stratégie de suivi personnalisée : présentation de différentes méthodologies (Thérapies Comportementales et Cognitives (TCC), thérapie act, pleine conscience..)

Jour 2

Jour 2 : Outils pratiques

- Outils utilisés en TCC
- Cocréation d'un outil d'aide à la prise en soins
- Cas particulier de la prise en soins diététique en parallèle d'un traitement médicamenteux de l'obésité
- Cas particulier de la prise alimentaire dans un contexte de Troubles du NeuroDéveloppement (TND)

Pour plus d'informations et connaitre les intervenants

En partenariat avec le REPOP Île-de-France

REPOP ILE DE FRANCE

PUBLIC VISÉ

Médecin, diététicien-nutritionniste, infirmier, psychologue, acteur de la prévention

DATES & LIEU

27 > 28 mai 2026
26 > 27 mai 2027
en présentiel à Paris

PRIX

à partir de 560 € TTC

p. 8 pour plus de détails



EDU 8 GOÛT : ÉDUCATION SENSORIELLE

OBJECTIFS

- Connaître l'évolution des goûts chez l'enfant et le rôle dans le comportement alimentaire
- Être à même de mener des programmes visant à réaliser une éducation sensorielle chez l'enfant
- Être en mesure d'utiliser des outils d'éducation au goût pour les enfants

Jour 1

Mécanismes sensoriels

- Rôle et fonctionnement des cinq sens
- Construction du goût et mécanismes

Conduites alimentaires

- Dimensions psychologiques et comportementales du goût : de la sensation à l'expression
- Construction du comportement alimentaire chez l'enfant

Pédagogie de l'éducation au goût

- Étapes de la dégustation
- Méthodes de conception et d'animation d'une action d'éducation au gout
- Outils pédagogiques en éducation au goût

Pour plus d'informations et connaitre les intervenants

PUBLIC VISÉ

Diététicien-nutritionniste, infirmier, acteur de la prévention

DATES & LIEU

29 mai 2026
28 mai 2027
en présentiel à Paris

PRIX

à partir de 280 € TTC

p. 8 pour plus de détails

E-LEARNING

DGS N02

NUTRITION ET ASSISTANTS MATERNELS



OBJECTIFS

- Appréhender la place de la nutrition pour les assistants maternels
- Connaître les besoins alimentaires des jeunes enfants
- Savoir mettre en pratique les recommandations et élaborer des journées alimentaires
- Connaître le développement psychomoteur de l'enfant
- Être en mesure de mettre en pratique des moyens pour le développement et l'éveil psychomoteur

Module 1

- Rôle des assistants maternels et lien avec les familles

Module 2

- Alimentation pour les enfants de 0 à 3 ans

Module 3

- Éveil psychomoteur pour les enfants de 0 à 3 ans

Modalité pédagogiques

- La formation se déroule en ligne et permet d'avancer à votre rythme, sans contrainte de temps ni de lieu.
- Elle mêle plusieurs outils de formation à distance : questionnaires type QCM, témoignages, interviews et conseils de professionnels, vidéos, exercices de réflexion, forum de partage...

Pour plus d'informations et connaitre les intervenants

PUBLIC VISÉ

Assistant maternel

DATES & LIEU

Inscription toute l'année sur demande

PRIX

- Inscription individuelle : **50 € TTC**
- Inscription structure pour 15 professionnels maximum, selon suivi choisi : **1 000 à 1 500 € TTC**
- Inscription structure avec plus de 15 professionnels : **Nous consulter**

TEMPS DE CONNEXION

2 à 3 heures

UN OUTIL

À VOTRE DISPOSITION

ICOFAS® : OUTIL POUR DES COMPORTEMENTS NUTRITIONNELS FAVORABLES À LA SANTÉ EN MILIEU SCOLAIRE



QUOI ?

Un site pédagogique proposant des activités artistiques et culturelles en nutrition-santé.

POUR QUI ?

Pour les professionnels des temps scolaires, périscolaires et de loisirs.

Concerne les enfants de l'école maternelle à la fin de l'école élémentaire.

POURQUOI ?

Promouvoir l'acquisition d'habitudes en alimentation et activité physique favorables à la santé.

PRESTATIONS PROPOSÉES

Des formations sur mesure possible.

www.icofas.fr



ÉDUCATION, PRÉVENTION & COMPÉTENCES TRANSVERSALES

ÉDUCATION

Formation présentielle

Formation de Formateurs PNNS p.40

Formation e-learning

PNNS, actions, outils et acteurs locaux p.42

PRÉVENTION

Formation diplômante

Certificat de compétence - Pilote de projet en prévention santé p.43

Un outil à votre disposition

Escape NutriGame® : escape game d'éducation pour la santé p.44

Formation outil

Formation Escape NutriGame® p.45

Un outil à votre disposition

Carte sur table : serious game digital nutrition santé au travail p.46

Formation outil

Formation Carte sur table p.47

Formation e-learning

Alimentation et activité physique des salariés p.48

Formation e-learning

Alimentation et activité physique en entreprise - professionnels relais p.49

Formation entreprise & établissement

Formations santé au travail p.50

COMPÉTENCES TRANSVERSALES

Formation présentielle

Entretien motivationnel p.51

Formation présentielle

Alimentation de pleine conscience p.52

Formation présentielle

Alimentation du sportif p.53

Formation présentielle

EDU 1

FORMATION DE FORMATEURS PNNS (PROGRAMME NATIONAL NUTRITION SANTÉ)

OBJECTIFS

- Comprendre le PNNS et mettre à jour les connaissances sur les enjeux relatifs à la nutrition-santé dans un objectif de formation
- Approfondir les connaissances et les compréhensions des approches par population en matière d'alimentation et d'activité physique
- Acquérir des outils méthodologiques pour renforcer la portée des formations dispensées dans le but de faciliter l'acquisition et la transmission des savoirs en matière de nutrition

3 JOURS DE TRONC COMMUN ...

Jour 1

PNNS, enjeux en nutrition santé, recommandations et communication

- Liens entre santé, alimentation et activité physique
- Des connaissances scientifiques aux recommandations de santé publique
- Méthode de formulation et diffusion des recommandations
- Présentation des recommandations relatives à l'alimentation et l'activité physique du PNNS
- Actualités du PNNS : campagnes de communication, outils et documents

Jour 2

Gestion de projet dans le champ de la formation en nutrition et outils

- Approche globale et positive de la nutrition et stratégies d'intervention
- Étapes de la gestion de projet en nutrition
- Typologies d'actions nutritionnelles : objectifs, modalités et outils d'intervention, évaluation
- Réseau d'Acteurs du PNNS
- Attribution du logo PNNS
- Manger mieux bouger plus au travail : stratégie nationale innovante sur la promotion de la santé des salariés
- EVALIN : outil d'aide à la construction de l'évaluation des projets

Jour 3

Posture de formateur

- Être formateur : la démarche formative
- Une formation : un but, des objectifs et une évaluation
- Déroulé type d'une action de formation
- Motivation et conditions d'apprentissage de l'apprenant

Pour plus d'informations et connaitre les intervenants

PUBLIC VISÉ

Formateur nutrition santé

Prérequis : Compétences en nutrition santé et expérience en animation d'actions et/ou de formations en nutrition santé. Analysées par l'étude du CV et lettre de motivation et appréciées lors d'un entretien téléphonique.

Les formateurs référencés PNNS sont des professionnels ayant des profils variés : diététiciens, infirmiers, médecins, chargés de prévention...

CONTEXTE

Experts et formateurs en nutrition santé, les formations que vous délivrez viennent en concurrence avec de nombreuses autres sources d'information ?

Devenez formateur référencé PNNS en participant au parcours de formation de formateurs PNNS :

- Garantissez à vos publics qualité et rigueur scientifique
- Valorisez vos actions en lien avec les orientations du PNNS
- Rejoignez un réseau national et soyez référencé sur le site du Réseau d'Acteurs du PNNS

Ce parcours de formation est animé par des formateurs experts sélectionnés, et vous permet de profiter d'une actualisation régulière des supports, outils et de vos compétences grâce à une plateforme pédagogique dédiée.

Pour être référencé, il faut a minima avoir suivi le tronc commun et une thématique.

... ET DES THÉMATIQUES DE SPÉCIALISATION SUR 2 JOURS

- Six thématiques de deux jours au choix sont proposées aux participants :
  - **Activité physique (AP)**
  - **1 000 premiers jours (PJ)**
  - **Enfance & adolescence (EA)**
  - **Précarité (P)**
  - **Sujets âgés (SA)**
  - **Dénutrition (D)**
- Grâce à ces thématiques, les participants actualisent et approfondissent leurs connaissances et leurs compréhensions des approches par population en matière d'alimentation et activité physique.
- Il est possible de s'inscrire à plusieurs thématiques.

DATES & LIEU 2026

Tronc commun :
20 > 22 mai 2026
16 > 18 septembre 2026
en présentiel à Paris

Thématiques :
P : 6 > 7 octobre 2026
D : 8 > 9 octobre 2026
PJ : 3 > 4 novembre 2026
EA : 5 > 6 novembre 2026
en présentiel à Paris

DATES & LIEU 2027

Tronc commun :
12 > 14 mai 2027
15 > 17 septembre 2027
en présentiel à Paris

Thématiques :
EA : 5 > 6 octobre 2027
SA : 7 > 8 octobre 2027
P : 2 > 3 novembre 2027
AP : 4 > 5 novembre 2027
en présentiel à Paris

PRIX

Tronc commun :
à partir de 487 € TTC
Thématiques :
à partir de 325 € TTC

p. 8 pour plus de détails

E-LEARNING

DGS N01

PNNS, ACTIONS, OUTILS ET ACTEURS LOCAUX



OBJECTIFS

- Comprendre les enjeux de santé liés à la nutrition
- Connaître le PNNS et ses outils
- Appréhender les éléments clés de l'alimentation et de l'activité physique pour les publics moins favorisés socialement
- Identifier une diversité d'actions en nutrition

Module général

Partie 1 : Nutrition santé

- Liens nutrition-santé
- Programme National Nutrition Santé
- Outils du Programme National Nutrition Santé

Partie 2 : Recommandations nationales en nutrition

- Alimentation et boisson
- Activité physique et sédentarité

Module spécifique

Nutrition et publics en situation de précarité

- Accessibilité à l'activité physique
- Accessibilité à l'alimentation
- Méthodologie et actions en nutrition

Modalités pédagogiques

- La formation se déroule en ligne et permet d'avancer à votre rythme, sans contrainte de temps ni de lieu.
- Elle mêle plusieurs outils de formation à distance : vidéos, cours narrés, screencasts, documents complémentaires, questionnaires et tests d'autoévaluation...

Pour plus d'informations et connaitre les intervenants

PUBLIC VISÉ

Acteurs des collectivités territoriales chargés de mettre en place des actions en nutrition dans le cadre des politiques locales

DATES & LIEU

Inscription toute l'année sur demande

PRIX

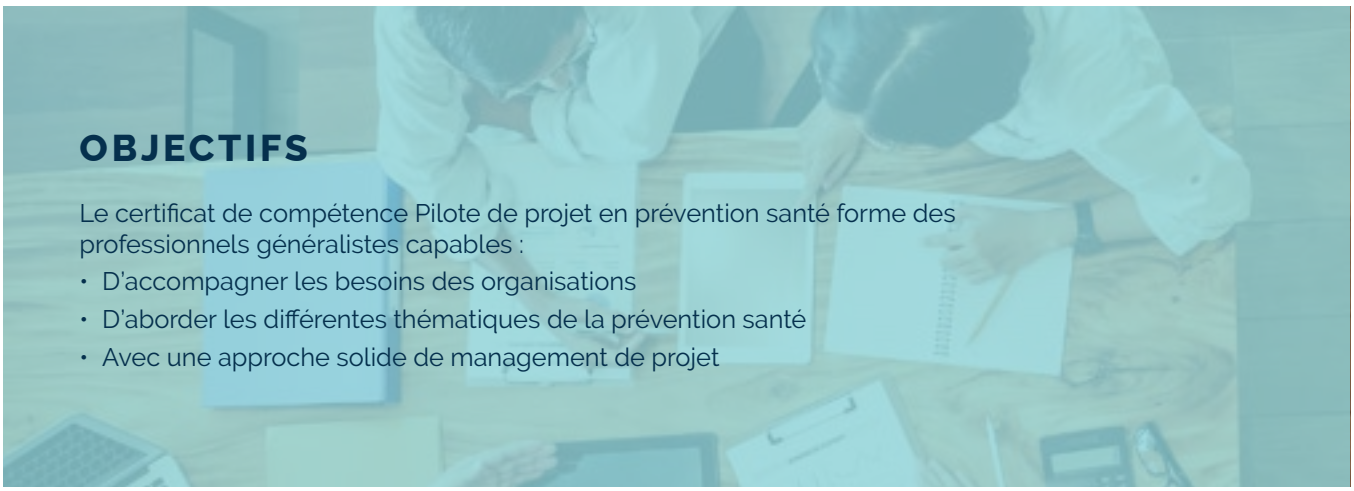
Gratuit

TEMPS DE CONNEXION

7 heures

CC137

CERTIFICAT DE COMPÉTENCE
PILOTE DE PROJET EN PRÉVENTION SANTÉ



OBJECTIFS

Le certificat de compétence Pilote de projet en prévention santé forme des professionnels généralistes capables :

- D'accompagner les besoins des organisations
- D'aborder les différentes thématiques de la prévention santé
- Avec une approche solide de management de projet

Contenu détaillé

USR230 - Pilotage opérationnel de projet de santé

Pour apprendre à gérer les actions nécessaires à la conduite d'un projet en prévention santé.

- Gestion des compétences : acquisition et mise en œuvre de compétences
- Gestion de projet
- AGIR, permettant de gérer les actions nécessaires à la conduite d'un projet en prévention santé

USR231 - Fondamentaux en prévention santé dans les organisations

Pour acquérir une maîtrise du contexte réglementaire, de l'articulation avec la politique RH, des techniques de promotion et de sensibilisation...

- Démarche de prévention et de politique RH
- Contexte réglementaire de la prévention en entreprise
- Communication, promotion et animation de groupes, développement personnel
- Évaluation de dispositifs

USR232 - Spécialisation en prévention santé

Pour améliorer ses compétences en prévention santé.

- Alimentation
- Activité physique
- Addictions
- Troubles musculo-squelettiques
- Risques psychosociaux

PUBLIC VISÉ

- Conseillers et consultants des services de prévention des mutuelles
- Professionnels des ressources humaines
- Infirmiers, diététiciens-nutritionnistes, professionnels de l'activité physique

Prérequis :

- Niveau Baccalauréat ou expérience professionnelle
- Disposer d'un projet de développement d'une action de prévention santé au sein d'une organisation

Organisation

- Suivi de cours
- Travail personnel d'application encadré et restitution
- Accompagnement personnalisé
- Projet : chaque participant développe, au sein d'une organisation, un projet qu'il soutient devant un jury en fin de parcours

Format diplômant
Remise d'un diplôme

Pour plus d'informations et connaitre les intervenants

DURÉE & LIEU

Formation de 46 jours (322 heures) dont 16 jours en entreprise et 30 jours en présentiel à Paris.

PRIX

4 655 € TTC

UN OUTIL

À VOTRE DISPOSITION

ESCAPE NUTRIGAME® : ESCAPE GAME D'ÉDUCATION POUR LA SANTÉ



QUOI ?

Des escape games d'éducation pour la santé permettant d'aborder les enjeux de l'alimentation, de l'activité physique et de la sédentarité sur la santé en lien avec la nutrition durable.

Des outils conformes aux recommandations du Programme National Nutrition Santé.



La version Boîte de jeu a obtenu le logo « Ce support est conforme au PNNS » en 2024.

www.escape-nutrigame.fr

POUR QUI ?

Pour les professionnels désireux de mettre en place une action en nutrition-santé.

Concerne tout public à partir de 13 ans.

POURQUOI ?

Développer les connaissances en nutrition santé et durable.

Accompagner à la réalisation de choix éclairés en alimentation et activité physique.

Contribuer au renforcement des compétences psychosociales.

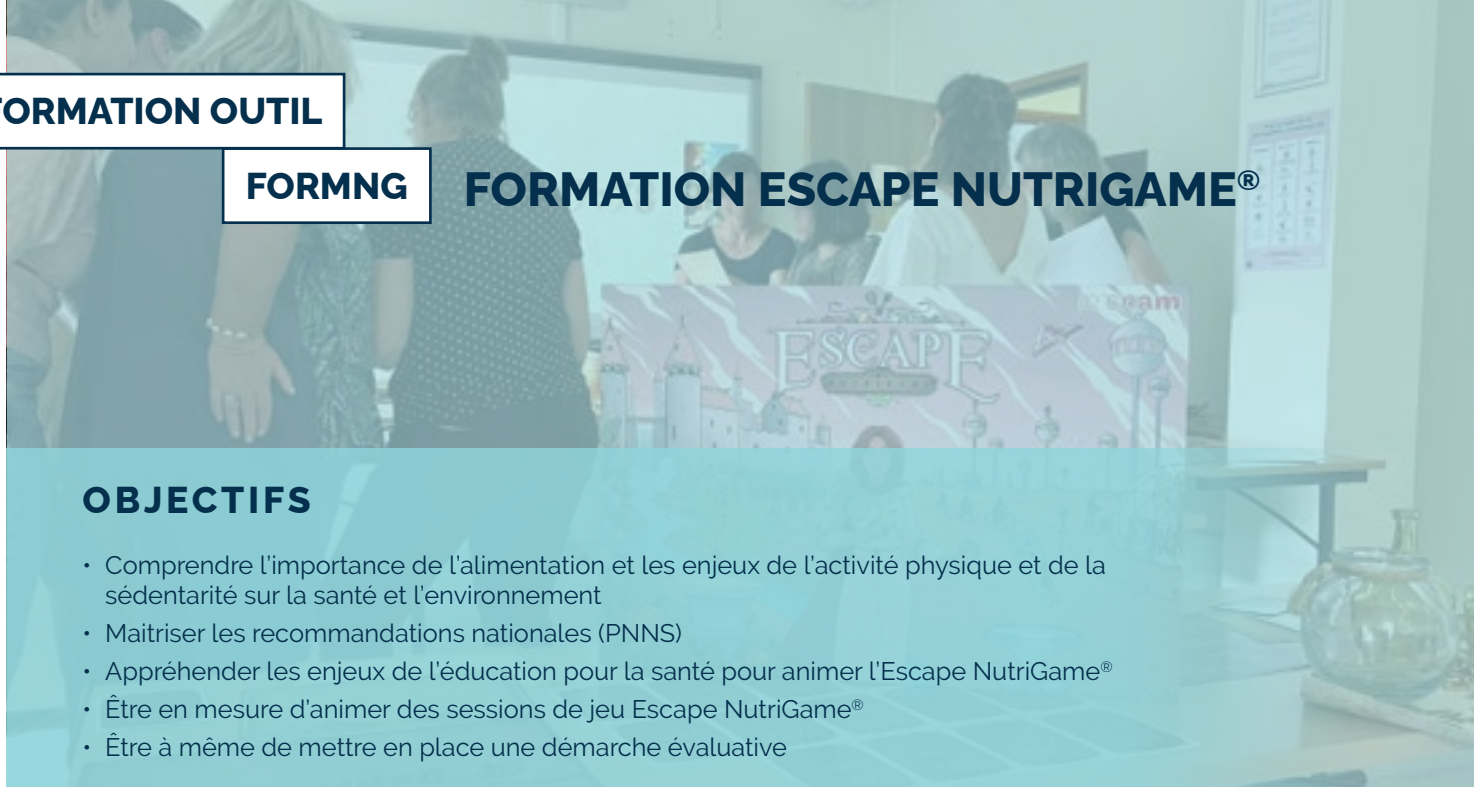
PRESTATIONS PROPOSÉES

Une version Digitale accessible sur ordinateur, tablette et téléphone pour une **première sensibilisation** avec un scénario dans l'univers d'un alchimiste.

Une version Boîte de jeu pour **consolider les connaissances** avec deux scénarios dans un univers futuriste et un univers médiéval.

Une formation sur mesure pour être à même d'animer et de mettre en place les deux versions.





FORMATION OUTIL

FORMNG

FORMATION ESCAPE NUTRIGAME®

OBJECTIFS

- Comprendre l'importance de l'alimentation et les enjeux de l'activité physique et de la sédentarité sur la santé et l'environnement
- Maitriser les recommandations nationales (PNNS)
- Appréhender les enjeux de l'éducation pour la santé pour animer l'Escape NutriGame®
- Être en mesure d'animer des sessions de jeu Escape NutriGame®
- Être à même de mettre en place une démarche évaluative

Partie 1

E-learning (7h)

Nutrition : Santé & Durable

- Liens nutrition et santé
- Éducation pour la santé
- Activité physique et sédentarité
- Alimentation

Optionnel :
Escape NutriGame® Digital

- Aperçu de l'outil Digital
- Guide d'usage
- Fiche solutions des énigmes

Escape NutriGame® Boîte de jeu

- Aperçu de l'outil Boîte de jeu
- Découverte de la posture du Game Master
- Vidéos et fiches aides installation et animation des deux scénarios

Démarche évaluative

- Méthodologie
- Outils d'évaluation

Pour plus d'informations

Partie 2

Présentiel (7h)

Présentation de l'outil Boîte de jeu et de ses modalités

- Explication du matériel nécessaire et des deux scénarios
- Rôle du Game Master : posture de l'animateur et interventions dans le jeu
- Méthodologie de projet

Scénario 1 - Les secrets d'Etercell
Scénario 2 - Conquête de Vigor et Vitalitas

- Présentation des accroches narratives
- Mise en condition à la place d'un joueur : participation aux deux scénarios
- Conseils techniques à l'installation et l'animation du scénario au fur et à mesure de la partie

PUBLIC VISÉ

Professionnels désireux de mettre en place une action en nutrition santé auprès d'un public à partir de 13 ans

MODALITÉS

- Partie 1 : en e-learning - 7h de connexion estimée
- Partie 2 : en présentiel à Paris – 7h

DATES & LIEU

Partie 2 à Paris

17 mars 2026
13 octobre 2026
16 mars 2027
12 octobre 2027

PRIX

Escape NutriGame® Digital :

- Formation (partie 1) : **nous consulter**
- Accès application web : **nous consulter**

Escape NutriGame® Boîte de jeu :

- Formation (partie 1 & partie 2) : **350 € TTC par personne**
- Boîte de jeu : **300 € hors frais postaux**

UN OUTIL

À VOTRE DISPOSITION

CARTE SUR TABLE : SERIOUS GAME DIGITAL NUTRITION-SANTÉ AU TRAVAIL



QUOI ?

Un Serious Game digital abordant l'alimentation, l'activité physique et les postures sédentaires au travail.

POUR QUI ?

Pour les salariés de tout secteur d'activité, les employeurs et les acteurs de santé au travail.

POURQUOI ?

Connaître des actions à mettre en œuvre afin de favoriser la santé sur le lieu de travail sur les thèmes de l'activité physique, de l'alimentation équilibrée et de la réduction des temps passés assis.

Découvrir comment améliorer l'environnement de travail afin de favoriser la santé.

Prendre conscience de l'impact et du rôle de l'entreprise.





PRESTATIONS PROPOSÉES

Animation de session de jeu en entreprise.

Formations des acteurs de santé au travail à l'animation de session de jeu.

www.manger-mieux-bouger-plus-au-travail.fr



FORMATION OUTIL

FORMCT

FORMATION CARTE SUR TABLE

OBJECTIFS

- Appréhender les enjeux de la nutrition-santé au travail
- Renforcer ses connaissances sur les recommandations nationales (PNNS) et la réglementation de la santé au travail dans le domaine de la nutrition
- Connaitre les stratégies d'actions et les outils en prévention de la santé en nutrition sur le lieu de travail
- Être en mesure d'animer et d'évaluer des ateliers de sensibilisation avec le Serious Game Carte sur table

Enjeux & outils pour l'alimentation, l'activité physique et les postures sédentaires au travail

- Liens nutrition-santé
- Lois et réglementation en vigueur en milieu professionnel
- État des lieux des pratiques en entreprise
- Synthèse sur les recommandations nationales et les outils en nutrition du PNNS

Serious Game « Carte sur table »

- Présentation détaillée du jeu
- Participation à un épisode du jeu
- Outils pédagogiques d'animation
- Modalités pratiques pour la mise en place d'une session de jeu sérieux

Stratégies d'actions en nutrition-santé au travail

- Stratégie et outils Manger mieux & Bouger plus au travail
- Typologies d'actions en nutrition-santé pouvant être déployées sur le lieu de travail

Pour plus d'informations et connaitre les intervenants

PUBLIC VISÉ

Professionnels acteurs de la santé au travail : médecins, infirmiers de santé au travail, référents en santé et sécurité au travail, préventeurs, responsables sécurité, intervenants en prévention des risques professionnels, ergonomes, diététiciens, professionnels de l'activité physique

MODALITÉS

3h30 en distanciel

DATES & LIEU

24 mars 2026
23 septembre 2026
23 mars 2027
22 septembre 2027

PRIX

À partir de 180 € TTC
Comprenant un kit d'animation Carte sur table avec des outils de communication, des outils d'animation et des outils d'évaluation

p. 8 pour plus de détails

E-LEARNING

DGS N04

ALIMENTATION ET ACTIVITÉ PHYSIQUE DES SALARIÉS



OBJECTIFS

- Connaître l'importance de l'alimentation et les bénéfices de l'activité physique sur la santé
- Connaître l'incidence de la sédentarité sur la santé
- S'approprier les recommandations nationales en alimentation
- Être en mesure de composer des repas équilibrés
- Être à même d'adapter son alimentation sur son lieu de travail
- S'approprier les recommandations nationales en activité physique
- Être en mesure de planifier et de pratiquer une activité physique régulière et variée
- Savoir mettre en œuvre de l'activité physique sur son lieu de travail et limiter le temps passé assis
- Être en mesure de maintenir sa motivation

Module 1

Nutrition-santé

Module 2

Alimentation

Module 3

Activité physique

Module 4

Motivation

Modalités pédagogiques

La formation se déroule en ligne et permet d'avancer à votre rythme, sans contrainte de temps ni de lieu.

Elle mêle plusieurs outils de formation à distance : vidéos, cours narrés, screencasts, documents complémentaires, questionnaires et tests d'autoévaluation...

Pour plus d'informations et connaitre les intervenants

PUBLIC VISÉ

Salarié d'entreprise

DATES & LIEU

Inscription toute l'année sur demande

PRIX

100 € TTC
(gratuit pour les signataires de la charte d'engagements du PNNS)

TEMPS DE CONNEXION

3 à 4 heures

E-LEARNING

DGS N03

ALIMENTATION ET ACTIVITÉ PHYSIQUE EN ENTREPRISE – PROFESSIONNELS RELAIS



OBJECTIFS

- Connaître les liens entre les comportements nutritionnels et la santé
- Appréhender l'intérêt de la prévention santé en nutrition pour l'entreprise
- S'approprier les actions en nutrition pouvant être mises en œuvre au sein d'une entreprise
- Savoir prendre en compte les spécificités des salariés et de l'environnement afin d'adapter les actions en nutrition
- Être en mesure de mettre en œuvre des actions en nutrition
- Être en mesure d'évaluer les actions en nutrition menées dans son entreprise

Module 1

Nutrition des salariés, intérêts de l'entreprise

Module 2

Actions nutrition en entreprise

Module 3

Évaluation en nutrition

Pour plus d'informations et connaitre les intervenants

Modalités pédagogiques

La formation se déroule en ligne et permet d'avancer à votre rythme, sans contrainte de temps ni de lieu.

Elle mêle plusieurs outils de formation à distance : vidéos, cours narrés, screencasts, documents complémentaires, questionnaires et tests d'autoévaluation...

PUBLIC VISÉ

Professionnels acteurs de la santé au travail : médecins, infirmiers de santé au travail, référents en santé et sécurité au travail, préventeurs, responsables sécurité, intervenants en prévention des risques professionnels, ergonomes, diététiciens, professionnels de l'activité physique

DATES & LIEU

Inscription toute l'année sur demande

PRIX

100 € TTC
(gratuit pour les signataires de la charte d'engagements du PNNS)

TEMPS DE CONNEXION

2 à 3 heures



ACCOMPAGNEMENT SUR-MESURE

FORMATIONS SANTÉ AU TRAVAIL

Le Cnam-ISTNA vous accompagne sur toute la France Métropolitaine et Outre-Mer pour :

- Réaliser le **diagnostic** et l'**analyse du degré de maturité** de votre structure en nutrition-santé grâce à nos outils digitaux ;
- **Sensibiliser** vos collaborateurs grâce à notre Serious Game digital Carte sur table ;
- **Former** les acteurs de la santé au travail à l'animation d'atelier de sensibilisation par le jeu ;
- **Concevoir** et **déployer des formations sur mesure**, ciblées et adaptées à vos besoins qui peuvent se décliner dans vos locaux ou à l'extérieur ;
- **Mettre en œuvre** des **actions de prévention santé** dans le cadre d'évènement.

PUBLIC

Pour les directeurs, managers, ressources humaines et autres acteurs de la santé au travail : des formations pour améliorer leurs compétences à préserver la santé des salariés.

Pour les salariés : des actions de sensibilisation et des formations pour permettre des comportements favorables à la santé.

DURÉE

Sur mesure et selon les besoins. Nous proposons des programmes d'une demi-journée à plusieurs jours, avec possibilité d'un temps de diagnostic au préalable sur place ou à distance.

TARIF

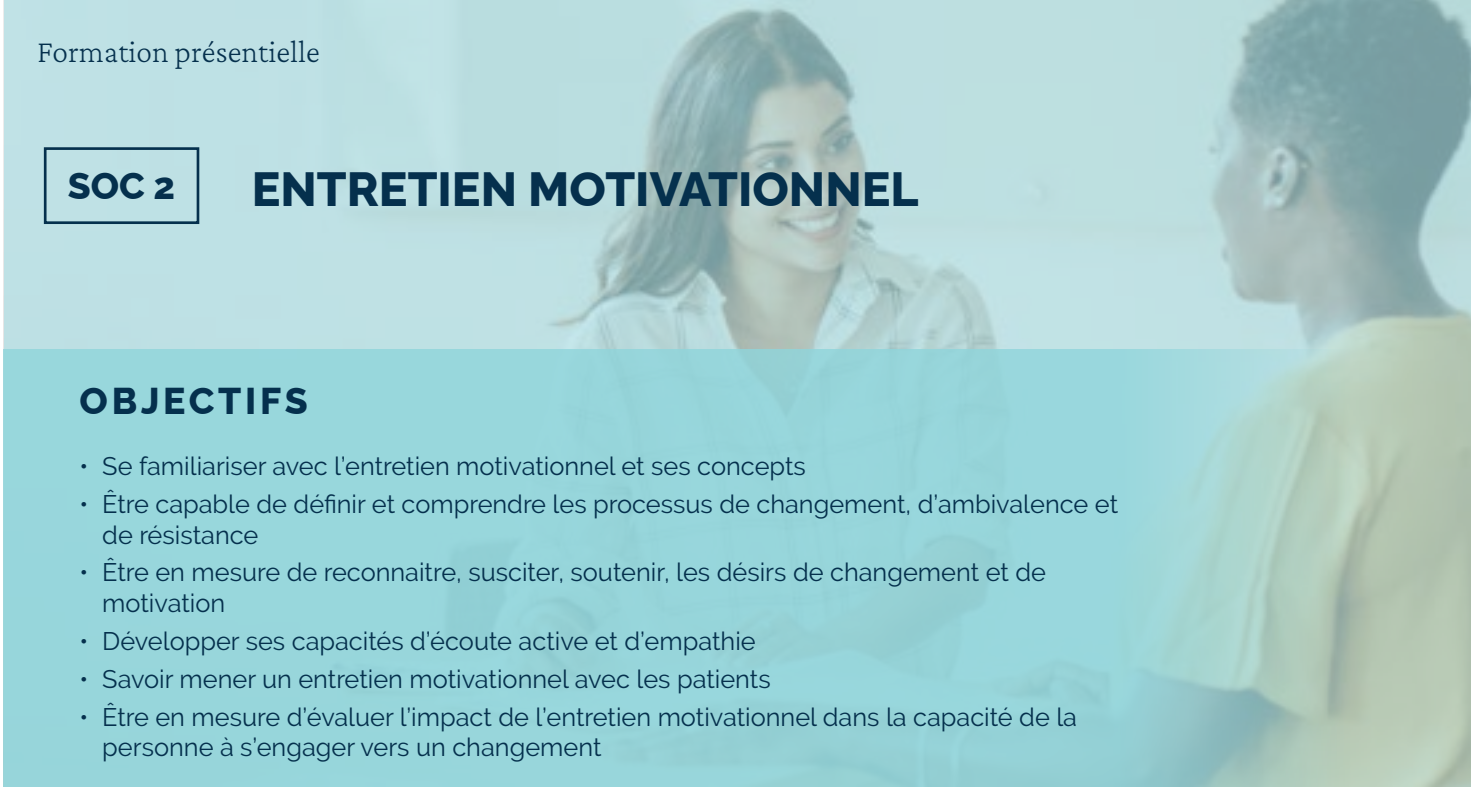
Sur devis

FORMAT

Présentiel et distanciel

Pour télécharger le catalogue

Notre équipe est à votre disposition pour vous accompagner, de la réflexion à l'évaluation de vos projets, en passant par la conception et le déploiement.



SOC 2 ENTRETIEN MOTIVATIONNEL

OBJECTIFS

- Se familiariser avec l'entretien motivationnel et ses concepts
- Être capable de définir et comprendre les processus de changement, d'ambivalence et de résistance
- Être en mesure de reconnaitre, susciter, soutenir, les désirs de changement et de motivation
- Développer ses capacités d'écoute active et d'empathie
- Savoir mener un entretien motivationnel avec les patients
- Être en mesure d'évaluer l'impact de l'entretien motivationnel dans la capacité de la personne à s'engager vers un changement

Jour 1

Approche motivationnelle

- Définition, histoire et théorie de l'entretien motivationnel (EM)
- Posture et outils de l'EM
- Leviers du changement
- Le changement : la transthéorie de Prochaska et Di Clemente
- Le sentiment d'efficacité personnelle et apprentissage de Bandura

Jour 2

Les 4 étapes de l'EM en pratique - partie 1

1. L'alliance thérapeutique et l'engagement dans la relation

- Technique et posture pour créer une bonne alliance
- Outils : reformulation, question, recadrage, croyances limitantes

2. La focalisation

- Aide à la clarification d'un objectif : le SMART

3. L'évocation

- Renforcement de la motivation
- Discours maintien et discours changement
- Discours changement de préparation et de mobilisation
- Travail sur la balance décisionnelle et l'ambivalence

Jour 3

Les 4 étapes de l'EM en pratique - partie 2

4. La planification

- Signes de disposition au changement
- Construction du plan de changement avec le patient
- Engagement pour le changement, travaux de psychologie sociale
- Vigilance sur le reflexe correcteur
- Vitesse et précipitation pour amorcer le changement
- Résistances : les repérer et travailler avec

Pour plus d'informations et connaitre les intervenants

PUBLIC VISÉ

Professionnel de santé, paramédical et acteur de la prévention

DATES & LIEU

3 > 5 juin 2026
2 > 4 juin 2027
en présentiel à Paris

PRIX

à partir de 840 € TTC

p. 8 pour plus de détails

Formation présentielle

EDU 11 ALIMENTATION DE PLEINE CONSCIENCE



OBJECTIFS

- Identifier les liens entre alimentation, émotions et stress
- Appliquer la pleine conscience à l'alimentation
- Adapter la prise en charge diététique pour intégrer la pleine conscience

Jour 1

État des lieux

- Définition de la pleine conscience
- Origines et domaines d'intervention
- Application à l'alimentation
- Explorations de différentes sortes de faim
- Sensations corporelles et alimentation
- Stress, émotions et comportement alimentaire
- Identification des comportements automatiques
- Approfondissement des sensations alimentaires

Jour 2

Se nourrir en pleine conscience

- Entrainement à la méditation de pleine conscience
- Mener un dialogue exploratoire avec le patient
- Accueil des émotions difficiles et bien-veillance
- Approche de la faim émotionnelle, des grignotages et des compulsions avec la pleine conscience
- Entrainement à guider une méditation avant le repas

Pour plus d'informations et connaitre les intervenants

PUBLIC VISÉ

Diététicien-nutritionniste

DATES & LIEU

18 > 19 mai 2026
20 > 21 mai 2027
en présentiel à Paris

PRIX

à partir de 560 € TTC

p. 8 pour plus de détails



EDU 9 ALIMENTATION DU SPORTIF

OBJECTIFS

- Connaître les besoins nutritionnels des sportifs
- Être en mesure d'accompagner nutritionnellement un sportif

Jour 1

Besoins nutritionnels du sportif

- Structures et fonctionnement musculaire
- Métabolisme et bioénergétique musculaire
- Sport, santé, activité physique, sédentarité : leur place dans les pathologies chroniques
- Entrainement et exemples pratiques de remise à l'exercice physique : place du diététicien
- Repères métaboliques : rôle bioénergétique et architectural des macronutriments, intervention des micronutriments alimentaires
- Hydratation et électrolytes, thermorégulation, plan d'hydratation
- Produits de l'effort, boisson énergétique artisanale ou commerciale : critères d'acceptation

Pour plus d'informations et connaitre les intervenants

Jour 2

Accompagnement nutritionnel du sportif

- Alimentation en pratique : cycle et périodisation alimentaire
  - Périodes d'entrainement
  - Récupération sportive : les facteurs nutritionnels
  - Périodes d'épreuves sportives : stratégies nutritionnelles pré, per et post effort
  - Conseils pratiques en fonction du sport : sports d'endurance, sports mécaniques, sports d'équipe, sports de force, ...
  - Gestion du poids : poids de forme, perte de masse grasse, prise de masse musculaire, sports à catégories de poids, sports esthétiques
- Nutrition et blessures
- Ergogénie nutritionnelle et marketing : compléments alimentaires, conduites dopantes
- Comportements et croyances alimentaires dans le sport : régimes particuliers
- Consultation en nutrition sportive : place du diététicien

PUBLIC VISÉ

Médecin, diététicien-nutritionniste

DATES & LIEU

19 > 20 novembre 2026
18 > 19 novembre 2027
en présentiel à Paris

PRIX

à partir de 560 € TTC

p. 8 pour plus de détails



RESTAURATION COLLECTIVE

Formation présentielle & distancielle

Le diététicien, acteur clé de la restauration collective..... p.56

Formation présentielle

**Gestionnaire de restauration collective :
la nutrition et le climat dans ma cantine..... p.58**





ENV 3 LE DIÉTÉTICIEN, ACTEUR CLÉ DE LA RESTAURATION COLLECTIVE

OBJECTIFS

Grâce à cette formation, ce réseau de diététiciens peut :

- Mettre en œuvre les nouvelles recommandations nutritionnelles en restauration collective de différents secteurs tout en intégrant la dimension durable
- Accompagner et outiller la restauration collective pour atteindre les objectifs des lois EGalim et climat et résilience

3 JOURS DE TRONC COMMUN ...

Jour 1

Le diététicien en amont de la production

- Cadre réglementaire et politiques publiques s'appliquant en restauration collective
- Création de plans alimentaires dans le respect des fréquences nutritionnelles recommandées et du cadre règlementaire et commissions de menus
- Élaboration de menus adaptés aux différents convives selon le type de liaison et suivant les contraintes de production, de sécurité alimentaire et budgétaires
- Dispositifs d'approvisionnement en alimentation durable (circuits courts, produits bio, ...)

Jour 2

Le diététicien au cœur de la production

- Implication dans l'organisation de la production : équipements de restauration collective - leurs avantages et contraintes
- Protocoles de suivi de l'hygiène et de la sécurité alimentaire : rappels et actualités
- Accompagnement du personnel de cuisine et des agents
- Règles de marchés publiques

Jour 3

Le diététicien autour de la table

- Accompagnement du consommateur en travaillant sur l'accueil du convive : qualité d'accueil (PAI), communication des informations (loi INCO), éducation au goût
- Enjeux de la lutte contre le gaspillage alimentaire
- Différentes approches de mise en place d'un plan d'actions
- Lien entre tous les professionnels concernés par les problématiques d'alimentation durable et de gaspillage alimentaire

PUBLIC VISÉ

Diététiciens exerçants ou souhaitant exercer à temps complet ou partiel pour la restauration collective.

Pour plus d'informations et connaitre les intervenants

PRIX

Tronc commun :
à partir de 600 € TTC
Thématiques :
à partir de 400 € TTC

p.8 pour plus de détails

CONTEXTE

Ce parcours a pour objectif de former le diététicien à la diversité des missions en restauration collective et notamment aux enjeux de l'alimentation durable en collectivité, en lui donnant des sources fiables à la suite des dernières avancées scientifiques et règlementaires.

Les professionnels formés constituent un réseau national de diététiciens spécialistes en restauration collective reconnu par les ministères en charge de la santé, de l'agriculture et par l'ADEME. Ils sont référencés sur le site du Réseau d'Acteurs du PNNS.

La formation a été validée par le groupe nutrition du Conseil national de la restauration collective (CNCR).

... ET DES MODULES D'APPROFONDISSEMENT SUR 2 JOURS

Alimentation saine et durable en restauration collective

→ Savoir intégrer les paramètres d'une alimentation responsable en restauration collective dans ses pratiques professionnelles en les associant aux objectifs nutritionnels

Éducation à l'alimentation

→ Savoir construire des actions d'éducation à l'alimentation auprès d'un ublic de restauration collective (petit enfance, scolaire, adulte, sénior)

DATES & LIEU 2026

Tronc commun :

22 > 24 juin 2026
en distanciel

30 sept > 2 oct 2026
en présentiel à Paris

Modules :

Edu : 5 > 6 nov 2026
en distanciel

Veg : 26 > 27 nov 2026
en présentiel à Paris

All : 17 > 18 déc 2026
en présentiel à Paris

Allergies alimentaires en resaturation collective

→ Être en mesure d'intégrer la gestion des allergies alimentaires en restauration collective dans sa pratique professionnelle, en assurant la sécurité des convives et en respectant la réglementation

Il est possibilité de suivre ce module sans participer au tronc commun.

DATES & LIEU 2027

Tronc commun :

21 > 23 juin 2027
en distanciel

29 sept > 1er oct 2027
en présentiel à Paris

Modules :

Dur : 11 > 12 oct 2027
en présentiel à Paris

Edu : 4 > 5 nov 2027
en distanciel

Veg : 25 > 26 nov 2027
en présentiel à Paris

All : 16 > 17 déc 2027
en présentiel à Paris

Repas végétarien en restauration collective

→ Être en mesure d'intégrer les paramètres d'une alimentation végétarienne en restauration collective dans sa pratique professionnelle en les associant aux objectifs nutritionnels

- Il est possible de s'inscrire à plusieurs modules.
- Les modules proposés en présentiel peuvent être réalisés en distanciel pour les participants d'Outre-Mer.

Formation présentielle

ENV 4 GESTIONNAIRE DE RESTAURATION COLLECTIVE : LA NUTRITION ET LE CLIMAT DANS MA CANTINE



OBJECTIFS

- Comprendre les enjeux des nouvelles recommandations nutritionnelles en restauration collective de différents secteurs tout en intégrant la dimension durable
- Accompagner et outiller la restauration collective pour atteindre les objectifs des lois EGalim et climat et résilience

Jour 1

Le cadre réglementaire

- Cadre réglementaire et politiques publiques s'appliquant en restauration collective
- Lecture de plans alimentaires dans le respect des fréquences nutritionnelles recommandées à différents publics et respect du cadre règlementaire
- Animation d'une commission de menus
- Notions liées aux menus adaptés aux différents convives selon le type de liaison et suivant les contraintes de production, de sécurité alimentaire et budgétaires
- Mise en place des menus végétariens : réglementations, communication, bases nutritionnelles
- Dispositifs d'approvisionnement en alimentation durable (circuits courts, produits bio, ...)
- Impact de l'alimentation humaine sur le climat

Jour 2

L'accueil du convive

- Accompagnement du consommateur en travaillant sur l'accueil du convive allergique : qualité d'accueil (PAI), communication des informations (loi INCO)
- Mesure de la qualité de l'accueil des convives, différentes approches de mise en place d'un plan d'actions
- Éducation au goût
- Enjeux de la lutte contre le gaspillage alimentaire
- Lien entre tous les professionnels concernés par les problématiques d'alimentation durable et de gaspillage alimentaire

Pour plus d'informations et connaitre les intervenants

PUBLIC VISÉ

Gestionnaire de restauration collective en collectivité (périscolaire, collège, lycée), en crèche, restauration universitaire ou d'entreprise.

DATES & LIEU

4 > 5 juin 2026
15 > 16 mars 2027
en présentiel à Paris

PRIX

à partir de 400 € TTC

p.8 pour plus de détails

FORMULAIRES D'INSCRIPTION

Formulaire d'inscription

Standard p.61

Formulaire d'inscription

Formation de Formateurs PNNS p.63

Formulaire d'inscription

Formation Le diététicien, acteur clé de la restauration collective p.65

Formulaires en ligne

FORMULAIRE D'INSCRIPTION STANDARD

FORMATION CHOISIE

Code :

Intitulé de la formation :

Date :

LE PARTICIPANT

Vos attentes vis-à-vis de la formation :

Comment avez-vous connu les formations du Cnam-ISTNA ?

☐ Réseaux sociaux (LinkedIn, Instagram, Facebook, Youtube…)

☐ Mail - Newsletter – Emailing ☐ Site internet Cnam-ISTNA

☐ Recherche internet ☐ Presse ☐ Flyer ☐ Salon – Evènement

☐ Bouche-à-oreille ☐ Autre

Civilité : ☐ Madame ☐ Monsieur

Prénom :

Nom :

Nom de naissance (si différent) :

Date de naissance :

Lieu de naissance :

Adresse mail :

Téléphone mobile :

Adresse postale :

Situation professionnelle
(merci d'indiquer votre mode d'exercice dominant > 50 %) :

☐ Étudiant ☐ Salarié ☐ Libéral ☐ Service de santé des armées
☐ Sans emploi

Fonction / profession :

Numéro ADELI ou RPPS (inscrit sur votre carte professionnelle) :

Numéro SIRET (si applicable) :

Niveau d'études :

☐ Niveau I (Bac+5 et +) ☐ Niveau II (Bac +3 et 4) ☐ Niveau III (DEUG, BTS…) ☐ Niveau IV (Bac) ☐ Niveau V (CAP, BEP…)

Domaine d'études :

Intitulé du plus haut diplôme obtenu :

Êtes-vous en situation de handicap ? ☐ Oui ☐ Non

L'EMPLOYEUR

Raison sociale :

Numéro SIRET :

Service :

Personne en charge du dossier :

Fonction :

Adresse mail :

Téléphone :

Adresse postale :

Le règlement *(le règlement s'effectue à l'issue de la formation avec réception de facture.)* :

☐ Par chèque ☐ Par virement ☐ Par prélèvement SEPA

Je, soussigné(e)

accepte les modalités de règlement et d'annulation

Date :

Signature :

Cachet de l'entreprise

FORMULAIRE D'INSCRIPTION FORMATION DE FORMATEURS PNNS (EDU 1)

Pour vous inscrire à cette formation, veuillez compléter le formulaire ci-dessous et nous retourner un CV et une lettre de motivation.

CHOIX DES SESSIONS

Tronc commun :

☐ 20 > 22 mai 2026

☐ 16 > 18 septembre 2026

☐ 12 > 14 mai 2027

☐ 15 > 17 septembre 2027

Thématiques :

☐ 6 > 7 octobre 2026 (Précarité)

☐ 8 > 9 octobre 2026 (Dénutrition)

☐ 3 > 4 novembre 2026 (1000 premiers jours)

☐ 5 > 6 novembre 2026 (Enfance & adolescence)

☐ 5 > 6 octobre 2027 (Enfance & adolescence)

☐ 7 > 8 octobre 2027 (Sujets âgés)

☐ 2 > 3 novembre 2027 (Précarité)

☐ 4 > 5 novembre 2027 (Activité physique)

LE PARTICIPANT

Vos attentes vis-à-vis de la formation :

Comment avez-vous connu les formations du Cnam-ISTNA ?

☐ Réseaux sociaux (LinkedIn, Instagram, Facebook, You tube…)

☐ Mail - Newsletter – Emailing ☐ Site internet Cnam-ISTNA

☐ Recherche internet ☐ Presse ☐ Flyer ☐ Salon – Évènement

☐ Bouche-à-oreille ☐ Autre

Civilité : ☐ Madame ☐ Monsieur

Prénom :

Nom :

Nom de naissance (si différent) :

Date de naissance :

Lieu de naissance :

Adresse mail :

Téléphone mobile :

Adresse postale :

Situation professionnelle *(merci d'indiquer votre mode d'exercice dominant > 50 %)* :

☐ Étudiant ☐ Salarié ☐ Libéral ☐ Service de santé des armées ☐ Sans emploi

Fonction / profession :

Numéro ADELI ou RPPS (inscrit sur votre carte professionnelle) :

Numéro SIRET (si applicable)

Niveau d'études : ☐ Niveau I (Bac+5 et +) ☐ Niveau II (Bac+3 et 4) ☐ Niveau III (DEUG, BTS…) ☐ Niveau IV (Bac) ☐ Niveau V (CAP, BEP…)

Domaine d'études : Intitulé du plus haut diplôme obtenu :

Êtes-vous en situation de handicap ? ☐ Oui ☐ Non

L'EMPLOYEUR

Raison sociale :

Numéro SIRET :

Service :

Personne en charge du dossier :

Fonction :

Adresse mail :

Téléphone :

Adresse postale :

Le règlement *(le règlement s'effectue à l'issue de la formation avec réception de facture.)* :

☐ Par chèque ☐ Par virement ☐ Par prélèvement SEPA

Je, soussigné(e)

accepte les modalités de règlement et d'annulation

Date :

Signature :

Cachet de l'entreprise

FORMULAIRE D'INSCRIPTION LE DIÉTÉTICIEN, ACTEUR CLÉ DE LA RESTAURATION COLLECTIVE (ENV3)

CHOIX DES SESSIONS

Tronc commun :

☐ 22 > 24 juin 2026 (distanciel)

☐ 30 sept > 2 octobre 2026 (présentiel)

☐ 21 > 23 juin 2027 (distanciel)

☐ 29 sept > 1er octobre 2027 (présentiel)

Modules d'approfondissement :

☐ 2 > 3 novembre 2026 (Éducation à l'alimentation) (distanciel)

☐ 26 > 27 novembre 2026 (Repas végétarien) (présentiel)

☐ 11 > 12 octobre 2027 (Alimentation durable) (présentiel)

☐ 8 > 9 novembre 2027 (Éducation à l'alimentation) (distanciel)

LE PARTICIPANT

Vos attentes vis-à-vis de la formation :

Comment avez-vous connu les formations du Cnam-ISTNA ?

☐ Réseaux sociaux (LinkedIn, Instagram, Facebook, You tube…)

☐ Mail - Newsletter – Emailing ☐ Site internet Cnam-ISTNA

☐ Recherche internet ☐ Presse ☐ Flyer ☐ Salon – Evènement

☐ Bouche-à-oreille ☐ Autre

Civilité : ☐ Madame ☐ Monsieur

Prénom :

Nom :

Nom de naissance (si différent) :

Date de naissance :

Lieu de naissance :

Adresse mail :

Téléphone mobile :

Adresse postale :

Situation professionnelle *(merci d'indiquer votre mode d'exercice dominant > 50%)* :

☐ Étudiant ☐ Salarié ☐ Libéral ☐ Service de santé des armées ☐ Sans emploi

Fonction / profession :

Numéro ADELI ou RPPS (inscrit sur votre carte professionnelle) :

Numéro SIRET (si applicable)

Niveau d'études :

☐ Niveau I (Bac+5 et +) ☐ Niveau II (Bac +3 et 4) ☐ Niveau III (DEUG, BTS…) ☐ Niveau IV (Bac) ☐ Niveau V (CAP, BEP…)

Domaine d'études :

Intitulé du plus haut diplôme obtenu :

Êtes-vous en situation de handicap ? ☐ Oui ☐ Non

L'EMPLOYEUR

Raison sociale :

Numéro SIRET :

Service :

Personne en charge du dossier :

Fonction :

Adresse mail :

Téléphone :

Adresse postale :

Le règlement *(le règlement s'effectue à l'issue de la formation avec réception de facture.)* :

☐ Par chèque ☐ Par virement ☐ Par prélèvement SEPA

Je, soussigné(e)

accepte les modalités de règlement et d'annulation

Date :

Signature :

Cachet de l'entreprise

NOTES PERSONNELLES

Cnam-ISTNA

Conservatoire national des arts et métiers
Institut Scientifique et Technique de la Nutrition et de l'Alimentation

4 avenue du Docteur Heydenreich • BP 65228 • F 54052 Nancy Cedex
Tél. +33 (0)3 83 85 45 37 • Fax +33 (0)3 83 85 49 09 • contact@cnam-istna.fr
www.cnam-istna.fr

Retrouvez les informations et actualités du Cnam-ISTNA sur les réseaux sociaux :

Lieu de formation : Le Cnam – 292 rue Saint-Martin – 75003 Paris

Métro Réaumur - Sébastopol

Qualiopi processus certifié
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

La certification qualité a été délivrée par **AFNOR Certification** au titre des catégories d'actions suivantes :
ACTIONS DE FORMATION
BILANS DE COMPÉTENCES
ACTIONS PERMETTANT DE FAIRE VALIDER LES ACQUIS DE L'EXPÉRIENCE
ACTIONS DE FORMATION PAR APPRENTISSAGE

N°5520 odpc
Organisme enregistré par l'Agence nationale du DPC
Retrouvez toute l'offre du DPC sur www.mondpc.fr

Conception - réalisation : Le Cnam-ISTNA - Crédits photos : Adobe Stock – novembre 2026

