

### CATALOGUE FORMATIONS

THEME : NUTRITION et SANTE.

Pour Pharmaciens et Préparateurs en pharmacie.

Janvier à Décembre 2017

#### Formation aux Entretiens en Officine

« Le Conseil Nutritionnel en Officine »

#### Journées de Formation sur Paris

« Diabète, Surpoids et Nutrition »

« Risque Cardio-vasculaire et Nutrition »

« Surpoids et Régimes »

« Nutrition et cancers & Pathologies des seniors »

« Nutrition de l'Adulte »

« Nutrition de la Femme »

« Nutrition des Personnes Agées »

« Alimentation, Cultures et Religions »

« Nutrition Pédiatrique »

« Nutrition du Sportif »

« 2017, Actualités en Nutrition »

---

## Outil de Service aux Clients en Officine

---

« NUTRISELF »

---

## Formation Par Correspondance à distance

---

« Pathologies et Nutrition de l'Adulte »

Dossiers Complémentaires

# Présentation d'EPM Nutrition

## Qui sommes-nous ?

**EPM Nutrition est avant tout le fruit d'une passion, celle de la Nutrition.**

EPM Nutrition a été conçue dans cet esprit : vous fournir la formation et les outils nécessaires à une excellente qualité de prescription nutritionnelle.

EPM Nutrition est un **Organisme de Formation Continue agréé**, indépendant et répondant à la **Charte d'Accréditation à la Formation Continue**.

Et pour cela, EPM Nutrition répond à plusieurs exigences :

- **Être indépendant** pour pouvoir vous enseigner la Nutrition en toute objectivité.
- **Disposer d'un Comité scientifique** dont les membres sont très attachés à cette qualité de Formation et dont les compétences sont variées et complémentaires en Nutrition.
- **Avoir une approche très alimentaire et diététique.** Nos Formations et Services ne sont pas des cours de médecine : nous vous parlons d'aliments, de régimes, de conseils nutritionnels, d'idées reçues, de pratique quotidienne. Nous vous formons à prescrire des régimes avec efficacité et pertinence et à maîtriser la connaissance des aliments, des produits et des Marques.

## Fondatrice et Directrice

**EPM Nutrition a été créé par le Dr. Laurence PLUMEY qui a un cursus unique : elle est à la fois Diététicienne Diplômée mais également Médecin Nutritionniste. De plus, elle a enseigné pendant 15 ans comme Professeur à l'Ecole de Diététique de Paris. Elle a créé l'Ecole EPM Nutrition en 2004 pour former tous ses confrères à la pratique de la Nutrition ! Elle s'occupe également des enfants en surpoids à l'Hôpital Necker (Paris) et des Adultes en surpoids à l'Hôpital Antoine Béclère (Clamart).**

Elle est également **l'auteure de « Le Grand Livre de l'Alimentation » aux éditions Eyrolles, 2014. Un Livre de référence de près de 600 pages** pour tout savoir sur les Aliments, les Besoins Nutritionnels à tous les âges de la vie et les conseils et régimes à suivre en cas de pathologies. **A conseiller à vos patients, en complément de vos conseils. Mais aussi « Comment maigrir heureux quand on n'aime ni le sport, ni les légumes » éditions Eyrolles (sortie Mars 2016).**

Grâce à cette grande Expertise dans le Domaine de la Nutrition, **le Dr Laurence PLUMEY vous apprend à connaître dans le détail la composition des aliments, à savoir donner des conseils nutritionnels et à prescrire des régimes pour toutes les pathologies et contextes de vie qui le nécessitent.**

**Les Formations EPM Nutrition sont en ce sens uniques** car elles sont très détaillées, très précises et très concrètes ; le niveau est le même que celui qui est enseigné aux diététiciennes. **Elles vous apprennent à en savoir beaucoup pour aller à l'essentiel !**

# Formation aux Entretiens en Officine

## « Le Conseil Nutritionnel en Officine »

*« Bien maîtriser la qualité de conseil adapté aux différentes pathologies et répondre aux demandes de vos clients-patients »*

### Programme

- **Aliments et Equilibre alimentaire**
- **L'entretien « Perte de poids »**
- **L'entretien « Fatigue et compléments alimentaires »**
- **L'Entretien « Baisse de l'hypercholestérolémie »**
- **L'Entretien « Equilibre du diabète »**
- **L'Entretien « HTA et maladies cardiovasculaires »**
- **L'Entretien « Pathologies digestives »**
- **L'Entretien « Alimentation du nourrisson »**
- **L'Entretien « Alimentation des personnes âgées et prévention de la dénutrition »**

### Déroulement de la Journée et Informations pratiques

- **Date : 26 Janvier 2017 – 12 Octobre 2017**
- **Intervenant : Dr Laurence PLUMEY, Médecin Nutritionniste - Professeur de Nutrition à l'Ecole de Diététique de Paris – Praticien des Hôpitaux de Paris..**
- **Lieu de la Formation : SiègE d'EPM Nutrition, Saint Cloud-Paris**
- **Horaires : 10h à 17h30.**
- **Documents remis : Dossier contenant la totalité de la présentation et Documents Fiches Conseils pour vos Entretiens.**
- **Remise Attestation de Formation en Nutrition.**
- **Coût : 300 € HT\*. Prise en charge par FIF-PL et ACTALIANS.**

**Commentaire :** Cette journée vous apprend à savoir gérer efficacement vos Entretiens : poser les bonnes questions pour comprendre rapidement le profil comportemental de votre client – savoir répondre à ses questions – le conseiller concrètement en fonction de ses problématiques et savoir comment le suivre et le motiver.

Mais vous aurez besoin de lui remettre des documents pour compléter vos Conseils et pour lui laisser une preuve de votre compétence. **C'est pourquoi nous vous conseillons vivement de vous abonner également à NUTRISSELF.**

En un clic sur votre ordinateur, vous aurez à disposition autant de Fiches imprimables que vous le souhaitez, pour vos clients en surpoids, ayant trop de cholestérol ou du diabète, de l'Hypertension ou encore souffrant de fatigue, de divers troubles digestifs .... **Pour l'inscription, voir en fin de document.**

**Nous vous conseillons aussi de recommander « Le Grand Livre de l'Alimentation » du Dr Laurence Plumey, aux éditions Eyrolles. Une bible dans laquelle votre client trouvera réponse à toutes ses questions.**

## « Nutrition de l'Adulte »

*« En 9 mois, vous apprenez à bien maîtriser les Conseils Nutritionnels adaptés aux contextes les plus fréquemment rencontrés en Officine. Vous travaillez à votre rythme »*

### Programme de la Formation sur 9 mois

- **Pathologies et leurs régimes :**

Surpoids et obésité, dyslipidémies (hypercholestérolémie, hypertriglycéridémie), diabète de type 1 et 2, Syndrome métabolique, Hypertension artérielle et autres maladies cardio-vasculaires (patient sous AVK), Pathologies digestives (diarrhées, constipation, colopathie fonctionnelle, MICI, maladie coeliaque, gastrite, hépatites, pancréatites), Allergies alimentaires, Fatigue et nutrition, Les populations à risque de déficiences, Troubles du comportement alimentaire (anorexie, boulimie), pathologies rénales (insuffisance rénale) et urinaires (lithiases urinaires), Dénutrition et maigreur, Cancer et alimentation, Nutrition des populations à risque (fumeurs, alcooliques).

- **Alimentation de l'Adulte sain et comportements alimentaires :**

Besoins nutritionnels, règles de l'équilibre alimentaire, alimentations particulières (végétarisme, végétalisme, ramadan), gestion du fast-food.

- **Connaissances des aliments :**

Produits laitiers, Légumes et fruits, Viandes, abats, charcuteries, poissons, fruits de mer, oeufs, Pain et céréales, Féculents, Boissons, Sucre et produits sucrés, Matières grasses. Caractéristiques nutritionnelles, idées reçues, réponses aux questions de patients.

- **Connaissances de certains produits spécifiques et ingrédients :**

Edulcorants, substituts de repas, phytostérols, oméga 3, probiotiques, prébiotiques, produits de nutrition entérale, produits du sport, compléments alimentaires... Ces produits sont traités dans les chapitres des pathologies ou contextes adéquats.

- **Sécurité alimentaire :**

Intoxications alimentaires les plus courantes et conduite à tenir.

### Déroulement de la Formation

**La Formation se déroule sur 9 mois, de Janvier à Septembre 2017, mais avec toutefois la possibilité d'inscriptions plus tardives : période Avril, Mai / période Septembre, Octobre. Comptez deux à trois journées de travail par mois soit au moins 200 heures de travail sur la totalité de votre formation.**

## Documents remis durant la Formation

Les Cinq Tomes-Dossiers reprenant toutes les pathologies de l'Adulte liées à la Nutrition et à la connaissance des Aliments, vous sont envoyés dès le début de la Formation. Lors de la Séance de Révision Collective qui a lieu le 19 Mai 2017 pour clôturer la Formation,  **votre Attestation de Formation vous sera remise.**

**Cette Formation atteste que vous avez suivi environ 200 heures de Formation en Nutrition avec Validation de vos connaissances et que par conséquent vous êtes habilité(e) à être Conseiller(e) en Nutrition.**

## Modalités de déroulement

**Au début de votre Formation, vous recevrez par Colissimo tous les dossiers de votre Formation. Chaque mois, et pendant 8 Mois, vous recevrez un mail vous indiquant les chapitres du programme à travailler et vous pourrez également réaliser, votre test mensuel d'évaluation des connaissances.**

**Le Vendredi 22 Septembre 2017, vous serez convié(e) à la Séance de Révision Collective au siège d'EPM Nutrition (Paris-Saint Cloud) pour une révision ultime du programme, avec validation des connaissances. L'Attestation de Formation Continue en Nutrition vous sera remise en fin de Journée. Pour les inscriptions plus tardives, la Journée de Validation aura lieu le 7 Décembre 2017 ou début 2018.**

## Coût de la Formation sur 9 mois

Le coût de la Formation s'élève à **980 € HT\*** (incluant les frais de port pour la France Métropolitaine et hors dossiers optionnels dont le coût est de 200 euros par Dossier). Il comprend les frais d'impression des Dossiers, le Programme de Travail Mensuel, le Test Mensuel, la Séance de Révision Collective en Septembre.

**Prise en charge par ACTALIANS.**

*\* Exonération de TVA au titre de la Formation Continue.*

## Concepteur et Intervenant

**Dr. Laurence PLUMEY**, Fondatrice et Directrice d'EPM Nutrition, Médecin Nutritionniste, Professeur de Nutrition à l'Ecole de Diététique de Paris, Hôpital Necker (Paris) et Antoine Béclère (Clamart).

## Pour aller plus loin ...

**EPM Nutrition vous propose également ses Dossiers complémentaires :**

- ✓ « Nutrition de la Femme »
- ✓ « Nutrition de l'Enfant et de l'Adolescent »
- ✓ « Nutrition des Personnes Agées »
- ✓ « Nutrition du Sportif »

# Formation par Correspondance

## Dossiers Optionnels

*« Pour donner des Conseils adaptés à toutes les catégories de patients »*

### Programme des différents Dossiers

- **Dossier « Nutrition de la Femme » :**

Nutrition et grossesse - Nutrition et allaitement - Nutrition et fertilité - Surpoids et obésité - Troubles du comportement alimentaire - Ménopause et ostéoporose.

- **Dossier « Nutrition du Sportif » :**

Besoins nutritionnels du sportif - Impact des nutriments (protéines, créatine...), minéraux et vitamines sur la performance sportive - Conseils nutritionnels aux sportifs - Hydratation du sportif - Comportements alimentaires des sportifs - Aliments et produits du sport : analyse critique.

- **Dossier « Nutrition de l'Enfant et de l'Adolescent » :**

Besoins nutritionnels du nourrisson – Allaitement – Les laits infantiles – La diversification alimentaire (aliments et quantités) – Besoins nutritionnels de l'enfant et de l'adolescent – Règles d'équilibre alimentaire – Surpoids et obésité – Troubles du comportement alimentaire – Allergies – Diabète.

- **Dossier « Nutrition des Personnes Agées » :**

Evolution physiologique du vieillissement en relation avec l'alimentation (composition corporelle, goût, odorat, soif, satiété) - Besoins nutritionnels - Déficiences et carences les plus fréquentes - Pathologies et régimes chez le sujet âgé – Nutrition et maladie d'Alzheimer, maladie de Parkinson - Dénutrition et déshydratation : prise en charge et prévention. Les produits de nutrition entérale.

### Déroulement de la Formation par Dossiers

**Le ou les dossiers que vous aurez choisis, vous sont envoyés au début de votre Formation avec les autres Tomes du Tronc Commun (TC). Vous les étudiez à votre rythme. Comptez 3 à 4 jours de travail, par Dossier. Ils complètent votre Formation Tronc Commun sur l'Adulte.**

### Coût

Le coût d'un dossier s'élève à **200 € HT\*** (exonération de TVA au titre de la Formation Continue).

---

# Journées de Formations sur Paris

---

## « Pathologies et Nutrition de l'Adulte »

### « Des Besoins Nutritionnels aux Recommandations Concrètes et Pratiques en cas de Pathologies »

#### Programme de la Journée

- **Homme et Femme : à chacun ses Besoins Nutritionnels.**  
Présentation de tous les besoins Nutritionnels de l'Adulte (femme, homme) en nutriments, vitamines, minéraux et oligoéléments.  
Fréquences et causes des carences. Implication des aliments dans la couverture de ces besoins.
- **Aliments et produits : les connaître en détail, et savoir en parler**  
Analyse des valeurs nutritionnelles des aliments, produits et marques.  
Identification des points forts et des points faibles pour chacun d'entre eux. Conseils au patient et réponses aux idées reçues.
- **Manger sain et équilibré : une utopie ?**  
Les bases de l'équilibre alimentaire et comment les adapter aux contraintes de la vie quotidienne.
- **Conseils Nutritionnels et Régimes adaptés aux Pathologies les plus courantes en pratique médicale.**  
Surpoids et obésité, Dyslipidémies, Syndrome métabolique, Diabète, HTA et maladies cardio-vasculaires, Pathologies digestives, Allergies alimentaires, Pathologies urinaires, Ostéoporose, Maigreur et dénutrition.

#### Déroulement de la Journée

**La Journée « Pathologies et Nutrition de l'Adulte » se déroulera (au choix) le Jeudi 9 Mars 2017 - le Jeudi 19 Octobre 2017, au siège d'EPM Nutrition à Paris-Saint Cloud – de 10 heures à 17 heures. Déjeuner dans le quartier aux frais du stagiaire. Vous avez le choix de la date ! Prise en charge par les Organismes dédiés (voir Modalités).**

#### Documents remis

**Un dossier** contenant l'intégralité de la Journée de Formation sera remis aux stagiaires. À la fin de la séance, **l'Attestation de Formation Continue en Nutrition sera remise aux participants.**



## Intervenant

**Dr. Laurence PLUMEY**, Fondateur d'EPM Nutrition, Médecin Nutritionniste - Professeur de Nutrition à l'École de Diététique de Paris – Praticien des Hôpitaux de Paris.

## Coût

Le coût de la journée de Formation est de **300 € HT\***. Ce coût comprend la Formation ainsi que la remise sous forme de Dossier du contenu complet de la Journée de Formation. Délivrance de l'Attestation de Formation Continue en Nutrition. **Prise en charge par les Organismes dédiés (voir Modalités).**

*\* Exonération de TVA au titre de la Formation Continue.*

## Date

**La Journée « Nutrition de l'Adulte » aura lieu (au choix) le :**

- **Jeudi 9 Mars 2017**
- **Jeudi 19 Octobre 2017**

**Commentaire :** Cette journée vous apprend à savoir gérer efficacement vos Entretiens Nutrition : poser les bonnes questions pour comprendre rapidement le profil comportemental de votre client – savoir répondre à ses questions – le conseiller concrètement en fonction de ses problématiques et savoir comment le suivre et le motiver.

Mais vous aurez besoin de lui remettre des documents pour compléter vos Conseils , gagner un temps précieux, et pour lui laisser une preuve de votre compétence. **C'est pourquoi nous vous conseillons vivement de vous abonner également à NUTRISSELF.**

En un clic sur votre ordinateur, vous aurez à disposition autant de Fiches imprimables que vous le souhaitez, pour vos clients en surpoids, ayant trop de cholestérol ou du diabète, de l'Hypertension ou encore souffrant de fatigue, de divers troubles digestifs .... **Pour l'inscription, voir en fin de document.**

Nous vous recommandons aussi de conseiller à vos clients **« Le Grand Livre de l'Alimentation » aux éditions Eyrolles, du Dr Laurence Plumey**. Tout y est sur les Aliments, les Besoins Nutritionnels pour tous (du nourrisson au sujet âgé), les idées reçues, les conseils en cas de pathologies. Une bible très utile qui complétera vos conseils.

# Journées de Formations sur Paris

## « Diabètes, Surpoids et Nutrition »

*« Les diabètes de type 1 et de type 2 évoluent très vite dans leur approche thérapeutique et comportementale. Il est indispensable de maîtriser cette évolution pour donner les conseils nutritionnels adaptés »*

### Programme de la Journée

- **Diabète de type 1 et de type 2 (adulte, enfant et adolescent)** : Etiologies, diagnostics et traitements (actuels et à venir). Conseils nutritionnels au diabétique de type 1 sous insuline et en fonction de la nature et de la fréquence d'injection de l'insuline. Principes de l'éducation thérapeutique du patient et de l'insulinothérapie fonctionnelle. Aliments, teneurs en glucides et Index Glycémique. Le sucre, les sucres : l'essentiel à savoir. Les idées reçues sur le diabète et l'alimentation. Conseils nutritionnels au diabétique de type 2 de poids normal ou en surpoids. Gestion des pathologies associées (surpoids, dyslipidémies, HTA, syndrome métabolique). Suivi des complications liées au diabète (conseils nutritionnels en cas d'atteinte rénale). Le cas du diabète gestationnel.

### Déroulement de la Journée

La Journée « Diabètes et Nutrition » aura lieu (au choix), **le Vendredi 28 Avril 2017 - le Jeudi 16 Novembre 2017** au siège d'EPM Nutrition à Saint Cloud - Paris, de 10 heures à 17 heures. Déjeuner dans le quartier aux frais du stagiaire.

### Documents remis

Le dossier contenant l'intégralité de la Journée de Formation sera remis aux stagiaires, ainsi que **l'Attestation de Formation Continue en Nutrition**.

### Intervenant

**Dr. Laurence PLUMEY**, Fondateur d'EPM Nutrition, Médecin Nutritionniste - Professeur de Nutrition à l'Ecole de Diététique de Paris – Praticiens des Hôpitaux de Paris.

### Coût de la Journée

Le coût de la Journée de Formation est de **300 € HT\***. Ce coût comprend la Formation ainsi que la remise du contenu complet de la Journée de Formation. Délivrance de l'Attestation de Formation Continue en Nutrition. **Prise en charge par les Organismes dédiés (voir Modalités)**.

# « Nutrition Pathologies des Seniors/Cancers »

## « Données scientifiques et Conseils nutritionnels à donner en prévention et en traitement des Cancers et des pathologies du Senior »

### Programme de la Journée

#### EN MATINEE : Cancers et Alimentation

##### - Cancers, Epidémiologie et Facteurs de risque identifiés

Impact de l'environnement, de la qualité de vie et de l'Alimentation sur les différents types de cancers : les différents niveaux de preuve. De ce qui est prouvé à ce qui ne l'est pas.

##### - Liens entre Alimentation et Cancers

Certains aliments sont accusés d'autres sont encensés... Quelles vérités et que répondre à vos patients sur tous ces aliments. Les conseils nutritionnels de prévention du cancer.

##### - En cas de cancer avéré et traité, quels conseils donner :

- Pour augmenter les capacités de résistance
- Pour supporter la chimiothérapie
- En cas de radiothérapie et/ou de chirurgie

##### - La dénutrition du patient

Critères diagnostiques, prise en charge nutritionnelle : compléments oraux, alimentation entérale, voire parentérale. Compléments alimentaires.

#### APRES MIDI : Seniors et plus ... L'Alimentation joue un rôle de plus en plus important.

##### - La ménopause et ses effets ou pathologies secondaires.

Bouffées de chaleur : peut on les prévenir ?

Sécheresse de la peau : comment la limiter ...

Prise de poids : elle n'est pas inévitable ...

Prise en charge du syndrome métabolique et du risque cardio-vasculaire

Ostéoporose : comment en limiter l'évolution.

Traitement hormonal substitutif ou pas ?

Et quid de l'andropause ?

##### - Quels conseils donner à un(e) Senior ....

Les conseils nutritionnels – Les aliments sur lesquels il faut insister – Prévention du vieillissement.

## Déroulement de la Journée

La Journée « Nutrition Seniors/Cancers » aura lieu (au choix) **le Jeudi 16 Mars 2017 – le Jeudi 30 Novembre 2017**, au siège d'EPM Nutrition à Saint Cloud - Paris, de 10 heures à 17 heures. Déjeuner dans le quartier aux frais du stagiaire.

## Documents remis

Le dossier contenant l'intégralité de la Journée de Formation sera remis aux stagiaires, ainsi que **l'Attestation de Formation Continue en Nutrition**.

## Intervenant

**Dr. Laurence PLUMEY**, Fondateur et Directeur d'EPM Nutrition, Médecin Nutritionniste - Professeur de Nutrition à l'Ecole de Diététique de Paris – Praticien des Hôpitaux de Paris.

## Coût de la Journée

Le coût de la Journée de Formation est de **300 € HT\***. Ce coût comprend la Formation ainsi que la remise sous forme de Dossier du contenu complet de la Journée de Formation. Délivrance de l'Attestation de Formation Continue en Nutrition. **Prise en charge par les Organismes dédiés (voir Modalités)**.

- *Exonération de TVA au titre de la Formation Continue.*

## Dates au choix

La Journée « Nutrition Seniors/Cancers » aura lieu le :

- **Jeudi 16 Mars 2017**
- **Jeudi 30 Novembre 2017**

**Commentaire :** La population de seniors et personnes âgées augmente et avec elle tout son cortège de pathologies liées au vieillissement. Il faut donc s'adapter en améliorant ses connaissances sur la prévention et gestion par le conseil en Nutrition de l'ostéoporose, des maladies cardio vasculaires, du diabète et de la dénutrition. Par ailleurs, le nombre de cancers augmente et donc le nombre de patients sous chimiothérapie. La Nutrition peut beaucoup pour optimiser l'efficacité du traitement et diminuer le risque de rechutes ! C'est l'objectif de cette journée que de vous apprendre tout cela.

---

# Journées de Formations sur Paris

---

## « Nutrition Pédiatrique »

*« Du détail à l'essentiel, pour l'alimentation du nourrisson, de l'enfant et de l'adolescent, sain et en contexte pathologique »*

### Programme de la journée (ou des 2 journées si Formation sur 2 jours)

- **Besoins nutritionnels du nourrisson et du jeune enfant :** Les recommandations d'apports en protéines, acides gras essentiels, glucides, minéraux et vitamines.
- **Lait maternel et laits infantiles :** Compositions respectives. Avantages de l'allaitement maternel. Laits pour nourrissons, laits de suite, laits de croissance : quelles différences nutritionnelles. Arguments de contre indication du lait de vache, d'autres mammifères et des laits végétaux en usage exclusif. Les laits adaptés aux pathologies pédiatriques : indications, composition, analyse critique.
- **Diversification alimentaire :** Les recommandations nutritionnelles actuelles : étapes d'introduction des différents aliments et quantités d'aliments à respecter. Quid de l'impact d'une diversification précoce ou tardive.
- **Alimentation du jeune enfant :** Les règles d'équilibre alimentaire, les idées reçues des parents, les erreurs les plus courantes et les conseils à donner.
- **Les allergies alimentaires :** Allergie aux protéines de lait de vache, au gluten, aux œufs, aux poissons et fruits de mer et à l'arachide : diagnostic et conduite à tenir. La prévention est elle possible ?
- **Le surpoids et l'obésité chez l'enfant :** Comment aider efficacement un enfant ou un adolescent en surpoids, à perdre du poids : quelles causes rechercher, quel bilan médical, les différentes causes possibles et les solutions adaptées. Le conseil nutritionnel aux enfants et aux familles : les erreurs les plus courantes, les conseils spécifiques.
- **Le diabète de type 1 :** Conseils nutritionnels adaptés aux différents contextes d'équilibre glycémique et de traitements. Focus sur l'Index Glycémique des aliments.
- **Troubles du transit :** Diarrhée et constipation. Maladie de Crohn. Maladie coeliaque – Syndrome de malabsorption de la mucoviscidose.

## Déroulement

La Formation « Nutrition Pédiatrique » se déroulera à Saint Cloud - Paris au siège d'EPM Nutrition, **au choix** :

> **Sur 2 Jours : 29 et 30 Juin 2017 – 28 et 29 Septembre 2017**

> **Sur 1 Jour : 2 Février 2017**

Formation débutant à 10 heures jusqu'à 17 heures. Déjeuner dans le quartier aux frais du stagiaire

## Documents remis

**Le dossier contenant l'intégralité de la (des) Journée(s)** de Formation sera distribué aux stagiaires. À la fin de la séance, **une Attestation de Formation** sera remise aux participants.

## Intervenant

**Dr. Laurence PLUMEY**, Fondateur d'EPM Nutrition, Médecin Nutritionniste, **Hôpital Necker**, Professeur de Nutrition à l'École de Diététique de Paris.

## Coût de la journée

Le coût de la journée de Formation est de **300 € HT\*** pour la Formation **sur 1 jour – et de 500 € HT\*** pour la Formation **sur 2 Jours**. Ce coût comprend la Formation ainsi que la remise sous forme de Dossier du contenu complet de la journée de Formation. **Prise en charge par les Organismes dédiés (voir Modalités)**.

- *Exonération de TVA au titre de la Formation Continue.*

## Dates au choix

La Formation « Nutrition Pédiatrique » aura lieu, au choix :

> **Sur 2 Jours : 29 et 30 Juin 2017 – 28 et 29 Septembre 2017**

> **Sur 1 Jour : 2 Février 2017**

**Commentaire** : La Nutrition Pédiatrique est plus complexe qu'il n'y paraît car les enfants ont des comportements très variables avec leurs aliments ; les parents en sont souvent très perturbés et cumulent les erreurs. Ce d'autant que l'obésité infantile se répand de plus en plus : un enfant sur six est en surpoids, à l'heure actuelle ! Les simples poncifs de type « Mange moins gras, moins sucré, ne boit pas de soda et bouge plus » ne suffisent pas car il est clair que l'enfant est exposé à l'offre multiple de produits très tentants, aux habitudes familiales et sociétales. Il faut donc l'approcher différemment en lui proposant des solutions personnalisées. Pour cela, il faut bien maîtriser le sujet et c'est ce que vous propose cette journée qui vous parlera également de diabète, d'allergies et autres problèmes de santé fréquents chez les enfants !

## « Nutrition de la Femme »

*« Savoir donner les bons conseils nutritionnels à une femme selon les contextes de vie qu'elle peut connaître »*

### Programme de la Journée

- **Les besoins nutritionnels de la Femme et ses comportements alimentaires :** Apports Nutritionnels Conseillés de la Femme en Protéines, Glucides, Lipides (dont les acides gras essentiels), Minéraux et Vitamines.- Les différentes familles d'aliments. Leurs indications de consommation.- L'équilibre alimentaire : les règles d'une alimentation équilibrée – Les déficiences et carences les plus courantes chez les femmes – Les troubles du comportement alimentaire bénins ou pathologiques.
- **Surpoids et obésité chez la femme :** Analyse des différentes causes, des conséquences et de la conduite à tenir. Conseils Nutritionnels et Régimes : pour qui, pourquoi et comment. Analyse critique et comparative des différents régimes existant et des autres méthodes d'amaigrissement. Comment personnaliser et donner les bons conseils à une femme en surpoids selon son historique et son état de santé actuel - Le cas particulier de la prise de poids lors du sevrage tabagique – en post partum - en période de post ménopause.
- **Nutrition et fertilité :** impact de l'alimentation
- **La maigreur chez la femme:** De la maigreur constitutionnelle à la maigreur pathologique. Conduire à tenir et nature des conseils.
- **Nutrition de la femme enceinte :** Les besoins nutritionnels de la Femme enceinte et les recommandations adaptées concernant les différentes familles d'aliments. Les suppléments nécessaires et celles qui ne le sont pas. Grossesse et sécurité alimentaire. Alcool et grossesse. Pathologies durant la grossesse et conseils nutritionnels : diabète gestationnel – anorexie.
- **Nutrition de la femme allaitante :** Les besoins nutritionnels de la femme allaitante et les recommandations. Conseils à une femme allaitante qui souhaite maigrir.
- **Nutrition de la femme ménopausée :** Les besoins nutritionnels de la Femme ménopausée - Pathologies et ménopause : la prise de poids, le syndrome métabolique, l'hypercholestérolémie, le risque cardiovasculaire, l'ostéoporose. Prévention du vieillissement.
- **Nutrition de la femme sportive :** Caractéristiques physiologiques, besoins et recommandations.

## Déroulement de la journée

**La Journée « Nutrition de la Femme » se déroulera, au choix, le Jeudi 23 Février 2017 - le Jeudi 9 Novembre 2017, au siège d'EPM Nutrition à Paris - Saint Cloud, de 10 heures à 17h30. Déjeuner dans le quartier aux frais du stagiaire.**

## Documents remis

**Le dossier contenant l'intégralité de la Journée de Formation sera remis aux stagiaires. À la fin de la séance, l' Attestation de Formation Continue en Nutrition sera remise aux participants.**

## Intervenant

**Dr. Laurence PLUMEY**, Fondateur d'EPM Nutrition - Médecin Nutritionniste - Professeur de Nutrition à l'Ecole de Diététique de Paris – Praticien des Hôpitaux de Paris.

## Coût de la Journée

Le coût de la journée de Formation est de **300 € HT\***. Ce coût comprend la Formation ainsi que la remise sous forme de Dossier du contenu complet de la Journée de Formation. Délivrance de l'Attestation de Formation Continue en Nutrition. **Prise en charge par les Organismes dédiés (voir Modalités).**

*\* Exonération de TVA au titre de la Formation Continue.*

## Dates au choix

**La Journée « Nutrition de la Femme » aura lieu, au choix :**

- **Le Jeudi 23 Février 2017**
- **Le Jeudi 9 Novembre 2017**

**Commentaire :** Tout au long de sa vie, la Femme entretient une relation particulière avec son alimentation ponctuée d'envies, de frustrations, de compulsions, de régimes et d'événements (grossesse, allaitement, ménopause ...) qui risquent de l'exposer à la prise de poids et à d'autres problèmes de santé. Actuellement une Femme sur deux a des problèmes de poids – et une Femme sur trois présente au moins une carence ! En somme, la Femme mérite bien qu'on lui consacre une Journée dans le domaine de la Nutrition ! Une journée très dense et très riche !



---

# Journées de Formations sur Paris

---

## « Nutrition des Personnes Agées »

*« Connaître les Besoins Nutritionnels des Personnes Agées et savoir prévenir/traiter la dénutrition et les pathologies liées au vieillissement »*

### Programme de la Journée

- **Physiopathologie du vieillissement :**

Sarcopénie, ostéoporose, évolution des fonctions cognitives, évolution du système cardio-vasculaire et des métabolismes.

- **Des Nutriments, Minéraux et Vitamines... aux Aliments :**

Apports Nutritionnels Conseillés des Personnes Agées en Protéines, Lipides (dont les acides gras essentiels), Glucides, Minéraux, Oligoéléments et Vitamines - Les principales déficiences nutritionnelles dont souffrent les personnes âgées et leurs causes - Focus sur les différentes familles d'aliments et leurs indications de consommation. L'équilibre alimentaire : les règles d'une alimentation équilibrée et comment les adapter à la personne âgée en manque d'appétit.

- **La dénutrition du sujet âgé :**

Les causes et les conséquences - Physiopathologie et conséquences de la dénutrition - Critères diagnostiques, anthropométriques, cliniques et biologiques de la dénutrition - Prise en charge nutritionnelle : les plats enrichis, les produits de supplémentation orale, la nutrition entérale, la nutrition parentérale.

- **Gestion des pathologies du sujet âgé :**

Prise en charge spécifique et nutritionnelle du surpoids, du diabète, d'une dyslipidémie, de l'HTA, du risque cardio-vasculaire, de l'ostéoporose et du risque fracturaire, des diverses pathologies digestives, chez le sujet âgé.

### Déroulement de la journée

**La Journée « Nutrition des Personnes Agées » se déroulera (au choix) le Jeudi 12 Janvier 2017 – le Jeudi 14 Septembre 2017, au siège d'EPM Nutrition à Paris - Saint Cloud de 10 heures à 17 heures. Déjeuner dans le quartier aux frais du stagiaire.**

## Documents remis

**Le dossier contenant l'intégralité de la Journée de Formation sera distribué aux stagiaires. À la fin de la séance, l' Attestation de Formation Continue en Nutrition sera remise aux participants.**

## Intervenant

**Dr. Laurence PLUMEY**, Fondateur et Directeur d'EPM Nutrition, Médecin Nutritionniste - Professeur de Nutrition à l'Ecole de Diététique de Paris – Praticien des Hôpitaux de Paris.

## Coût de la journée

Le coût de la journée de Formation est de **300 € HT\***. Ce coût comprend la Formation ainsi que la remise sous forme de Dossier du contenu complet de la Journée de Formation. Délivrance de l'Attestation de Formation Continue en Nutrition. **Prise en charge par le s Organismes dédiés (voir Modalités).**

## Date

**La Journée « Nutrition des Personnes Agées » aura lieu au choix le Jeudi 12 Janvier 2017 – le Jeudi 14 Septembre 2017 au siège d'EPM Nutrition à Saint Cloud - Paris, de 10 heures à 17 heures. Déjeuner dans le quartier aux frais du stagiaire.**

**Commentaire :** En 2020, l'INSEE prévoit que les personnes âgées de plus de 85 ans représenteront 11% de la population française ! Bonne nouvelle certes, mais cela suppose aussi de bien savoir les encadrer, les conseiller et surtout limiter les pathologies liées au vieillissement comme l'ostéoporose, les maladies cardio vasculaires, le diabète, les pathologies rénales et la dénutrition. La place de l'Alimentation joue un rôle majeur. C'est l'objectif de cette Formation !

---

# Journées de Formations sur Paris

---

## « Alimentation, Cultures et Religions »

### « Impact de l'Environnement Culturel et Religieux sur le Conseil Nutritionnel »

#### Programme

- **Familles Africaines, Asiatiques, d'Afrique du Nord, d'Inde, de Religion Musulmane, Juive, Hindouiste...** Descriptif des traditions et habitudes culinaires des différentes Religions et Pays. Comment adapter les conseils nutritionnels à ces traditions culinaires pour soigner son patient.
- **Familles vivant en situation de précarité :** les conseils à donner pour maintenir l'équilibre alimentaire. Idées de menus à petits prix. Réflexion sur la valeur nutritionnelle des conserves, des surgelés et des produits discount.

#### Déroulement

La Journée « Alimentation, Cultures et Religions » se déroulera **le 1er Juin 2017** au siège d'EPM Nutrition à Saint Cloud - Paris, de 10 heures à 17 heures. Déjeuner dans le quartier aux frais du stagiaire.

#### Documents remis

**Le dossier contenant l'intégralité de la Journée** de Formation sera distribué aux stagiaires. À la fin de la Journée, l' **Attestation de Formation Continue en Nutrition** sera remise aux participants.

#### Intervenant

**Dr. Laurence PLUMEY**, Fondateur et Directeur d'EPM Nutrition, Médecin Nutritionniste - Professeur de Nutrition à l'Ecole de Diététique de Paris – Praticien des Hôpitaux de Paris.

#### Coût

Le coût de la journée de Formation est de **300 € HT\***. Ce coût comprend la Formation ainsi que la remise sous forme de Dossier du contenu complet de la journée de Formation. **Délivrance de l'Attestation de Formation Continue en Nutrition. Prise en charge par les Organismes dédiés (voir Modalités).**

## « Régimes et autres méthodes d'amaigrissement »

*« Conseillez efficacement vos patients en surpoids et aidez les à éviter les pièges des régimes médiatiques »*

### Programme de la Journée

- **Surpoids et Obésité :**

Diagnostic : IMC, Impédancemétrie, mesures. Les causes de la prise de poids. Evaluation des apports spontanés. Comportements à risque.

- **Régime hypocalorique optimal :**

Aliments conseillés et déconseillés. Conseils à donner au patient en fonction des différents contextes de prise de poids. Exemples de différents types de régimes adaptés, avec Menus et Recettes. Comment éviter la fonte musculaire. Suivi du patient.

- **Régimes médiatiques et ce qu'il faut en penser ;**

Analyse critique et comparative des régimes médiatiques tels que Dukan, Diète protéique, Atkins, « Savoir maigrir », Chrononutrition, Méthode TGV, Weight Watchers, Méthode Montignac, Régime Scarsdale, Régime Hollywood, Régime Mayo, Régime groupes sanguins, le jeûne, substituts de repas...

- **Efficacité des régimes :**

Résultats d'une étude scientifique concernant l'efficacité des régimes en fonction de la répartition des nutriments. Conduite à tenir et recommandations.

- **Maintien de la perte de poids :**

Réalité de la reprise pondérale. Facteurs de réussite. Facteurs d'échec. Caractéristiques de patients à succès. Conduite à tenir et recommandations.

- **Prise en charge médicamenteuse et autres produits :**

Les compléments alimentaires, les dispositifs médicaux et la phytothérapie : indications, contre indications, recommandations ciblées.

- **Les techniques locales et ce qu'il faut en penser :**

Les massages, l'acupuncture, le drainage lymphatique, les techniques interdites par l'ANSES, la technique des champs magnétiques basse fréquence et micropression cutanée.

- **Prise en charge chirurgicale :**

Anneau gastrique, Sleeve et By-pass chirurgical : Indications, Contre Indications, Effets secondaires et complications à court, moyen et long terme, Niveau d'efficacité. Comment suivre un patient opéré.

## Déroulement de la journée

La Journée « Régimes et autres méthodes d'amaigrissement » se déroulera au choix le **Jeudi 19 Janvier 2017 – le Jeudi 20 Avril 2017 - le Jeudi 5 Octobre 2017**, au **siège d'EPM Nutrition** à Saint Cloud - Paris, de 10 heures à 17 heures. Déjeuner dans le quartier aux frais du stagiaire.

## Documents

**Le dossier contenant l'intégralité de la Journée de Formation sera distribué aux stagiaires.** À la fin de la séance, l' **Attestation de Formation Continue en Nutrition** sera remise aux participants.

## Intervenant

**Dr. Laurence PLUMEY**, Fondateur et Directeur d'EPM Nutrition, Médecin Nutritionniste - Professeur de Nutrition à l'Ecole de Diététique de Paris – Praticien des Hôpitaux de Paris.

## Coût

Le coût de la journée de Formation est de **300 € HT\***. Ce coût comprend la Formation ainsi que la remise sous forme de Dossier du contenu complet de la Journée de Formation. Délivrance de l'Attestation de Formation Continue en Nutrition. **Prise en charge par les Organismes dédiés (voir Modalités).**

## Dates au choix

**La Journée « Régimes et autres méthodes d'amaigrissement » aura lieu, au choix, le :**

- **Jeudi 19 Janvier 2017**
- **Jeudi 20 Avril 2017**
- **Jeudi 5 Octobre 2017**

**Commentaire :** Actuellement une personne sur deux est en surpoids et une personne sur six souffre d'obésité. Un problème qui ne fait que s'aggraver ; si nous n'intervenons pas, dans 15 ans nous en serons là où en sont les Américains à l'heure actuelle ! Il faut agir en comprenant les problèmes de chaque personne en surpoids et en l'aidant à trouver les solutions qui lui conviennent tant sur le plan alimentaire que sur celui de l'activité physique. Savoir comprendre, conseiller de façon adaptée et suivre son patient pour l'aider à maigrir efficacement et durablement .. voilà ce que vous apprendrez lors de cette Journée.

Vous pouvez également conseiller à votre client de lire « **Comment maigrir heureux quand on n'aime ni le sport ni les légumes** » du Dr Laurence Plumey (Ed Eyrolles) car il lui apprendra les bases de la Nutrition et de la connaissance des aliments – ainsi que des idées de menus et recettes adaptés aux régimes à 1200 Kcal – 1500 Kcal par jour. Il sera pour lui un complément et une continuité de vos Conseils.

Par ailleurs, pour gagner du temps en Consultation, abonnez vous à **NUTRISSELF** et complétez vos Conseils par des Fiches Conseils et Menus Recettes très complètes et adaptées à leur quotidien. Voir en fin de document.

# Journées de Formation sur Paris

## « Risque Cardio-Vasculaire et Nutrition »

*« Les maladies cardio-vasculaires représentent, avec les cancers, les premières causes de décès. Sachez bien conseiller vos patients en prévention et gestion du risque »*

### Programme de la Journée

- **Le risque cardio-vasculaire (RCV)** : Définition, causes, conséquences et facteurs de risque.
- **RCV et Hypertension artérielle** : Physiopathologie, causes, conséquences, conseils nutritionnels. Caractéristiques du régime sans sel large : pour qui, pourquoi et comment.
- **RCV et Diabète** : enjeux, suivi et conseils
- **RCV et Tabac** : sevrage tabagique et prévention de la prise de poids
- **RCV et dyslipidémies** : le cas de l'hypercholestérolémie et de l'hypertriglycéridémie.
- **RCV et syndrome métabolique** : conseils adaptés à l'ensemble des pathologies dans le cadre du syndrome métabolique.
- **RCV et lipides (saturés, insaturés, oméga 3, cholestérol), sel, sucre, phytostérols, anti oxydants.**
- **Infarctus, Accident vasculaire cérébral** ; conseils au patient et suivi. Le traitement par AVK et les précautions nutritionnelles.

### Déroulement de la journée

La Journée « Risque cardio-vasculaire et Nutrition » se déroulera au choix le **Vendredi 05 Mai 2017 – le Jeudi 23 Novembre 2017**, au **siège d'EPM Nutrition** à Saint Cloud - Paris, de 10 heures à 17 heures. Déjeuner dans le quartier aux frais du stagiaire.

### Documents

**Le dossier contenant l'intégralité de la Journée de Formation sera distribué aux stagiaires. À la fin de la séance, l' Attestation de Formation Continue en Nutrition sera remise aux participants.**

### Intervenant

**Dr. Laurence PLUMEY**, Fondateur et Directeur EPM Nutrition, Médecin Nutritionniste - Professeur de Nutrition à l'Ecole de Diététique de Paris – Praticien des Hôpitaux de Paris.

## Coût

Le coût de la journée de Formation est de **300 € HT\***. Ce coût comprend la Formation ainsi que la remise sous forme de Dossier du contenu complet de la Journée de Formation. Délivrance de l'Attestation de Formation Continue en Nutrition. **Prise en charge par les Organismes dédiés (voir Modalités).**

*\* Exonération de TVA au titre de la Formation Continue.*

## Dates au choix

La Journée « **Risque cardio-vasculaire et Nutrition** » aura lieu, au choix :

- **Vendredi 05 Mai 2017**
- **Jeudi 23 Novembre 2017**

**Commentaire :** Les maladies cardio-vasculaires représentent, avec les cancers, les premières causes de décès en France : environ 150.000 par an (30% des causes de mortalité). La prévention par l'alimentation joue un rôle majeur – tout comme la gestion des complications et leur suivi. La qualité de vie d'un patient ayant eu un infarctus ou un AVC en dépend en grande partie, d'où l'importance de cette journée pour que vous appreniez à bien maîtriser la nature de vos conseils selon les différents contextes.

# Journées de Formation sur Paris

## « Nutrition du Sportif »

*« Le sport est une hygiène de vie devenue quasiment indispensable et inévitable. Encore faut il savoir donner les bons conseils aux sportifs de tout niveau »*

## Programme de la Journée

- **Physiologie de l'effort :** Contraction musculaire, les différents types de fibres musculaires, l'apport d'énergie aux muscles, les différents types d'effort, rôle de la régulation hormonale, adaptation cardio-vasculaire, adaptation respiratoire, adaptation sudorale.
- **Le coût énergétique de l'effort selon les différents de sport.**
- **Les glucides et le sport :** mécanismes physiologiques. Glucides et périodes d'entraînement, en période de pré compétition, pendant et après l'effort.
- **Les protéines et le sport :** métabolisme des protéines et contraction musculaire. Protéines et musculation. Que penser des produits de supplémentation.
- **Les lipides et le sport :** métabolisme des lipides pendant l'effort, le rôle des lipides insaturés. Recommandations au sportif.
- **Minéraux, oligoéléments et vitamines :** rôles dans la contraction musculaire. Apports alimentaires. Que penser des suppléments.

- **L'hydratation du sportif** : métabolisme hydrique du sportif. Déshydratation du sportif : causes et conséquences. Que boire pendant l'effort. Les boissons du sport.
- **Les produits alimentaires pour sportifs** : que faut-il en penser ?

## Déroulement de la journée

**La Journée « Nutrition du Sportif » se déroulera le Jeudi 11 Mai 2017 – au siège d'EPM Nutrition à Saint Cloud - Paris, de 10 heures à 17 heures. Déjeuner dans le quartier aux frais du stagiaire.**

## Documents

**Le dossier contenant l'intégralité de la Journée de Formation sera distribué aux stagiaires. À la fin de la séance, l'Attestation de Formation Continue en Nutrition sera remise aux participants.**

## Intervenant

**Dr. Laurence PLUMEY**, Fondateur et Directeur EPM Nutrition, Médecin Nutritionniste - Professeur de Nutrition à l'École de Diététique de Paris – Praticien des Hôpitaux de Paris.

## Coût

Le coût de la journée de Formation est de **300 € HT\***. Ce coût comprend la Formation ainsi que la remise sous forme de Dossier du contenu complet de la Journée de Formation. Délivrance de l'Attestation de Formation Continue en Nutrition. **Prise en charge par les Organismes dédiés (voir Modalités).**

## Dates au choix

**La Journée « Nutrition du Sportif » aura lieu le :**

- **Jeudi 11 Mai 2017**

**Commentaire** : Les sportifs mangent mal en règle générale, et ils sous-estiment souvent l'impact de la qualité de leur alimentation sur leurs performances et leur santé. Avec cette Journée, vous saurez bien les conseiller mais vous saurez aussi utiliser ces conseils auprès de ceux et celles qui pratiquent le sport de façon moins intense et plus irrégulière.



# « 2017 : Actualités en Nutrition »

## Programme, dates et coût

### - Au programme : **NUTRITION ET SANTE : QUOI DE NEUF EN 2017 !**

Vous découvrirez toutes les données nouvelles scientifiques, médicales, alimentaires et nutritionnelles communiquées lors des Congrès de Nutrition et dans la presse spécialisée durant l'année 2016-2017. L'occasion d'actualiser vos connaissances dans le domaine des pathologies (surpoids, diabète, maladies cardio-vasculaires, cancérologie ..) chez l'adulte comme chez l'enfant et l'adolescent, mais aussi de découvrir les innovations produits et ce qu'il faut en penser.

**Mais également, une sélection des meilleures recettes de cuisine santé**, faciles à faire et adaptées aux besoins de chacun : sujet sain, sujet diabétique, sujet en surpoids, sujet dyslipidémique. De quoi donner encore plus de goût à cette Journée !

**Une Journée indispensable à tous ceux et celles qui aiment la Nutrition et les bons petits plats, et qui intègrent tous ces conseils régulièrement dans leur activité professionnelle !**

- **Intervenant** : le Dr Laurence PLUMEY, Médecin Nutritionniste - Professeur à l'Ecole de Diététique de Paris – Praticien des Hôpitaux de Paris.

- **Dates** : le **Vendredi 16 Juin OU le Vendredi 23 Juin 2017, selon votre choix.**

- **Lieu et organisation** : au **siège d'EPM Nutrition** à Saint Cloud - Paris, de 10 heures à 17 heures. Déjeuner dans le quartier aux frais du stagiaire. Remise du Dossier avec le contenu complet de la Journée et Attestation de Formation.

- **Coût** : **300 € HT\*** (exonération de TVA au titre de la Formation Continue). **Prise en charge par les Organismes dédiés (voir Modalités).**

# « Nutriself.com »

**« Votre outil d'Aide à la Prescription Nutritionnelle, en consultation, pour gagner du temps et être sûr(e) de la qualité des conseils que vous donnez »**

## Présentation de Nutriself.com

**NUTRISELF est un outil UNIQUE et très performant** dont le contenu, portant sur la pratique diététique officielle, est rédigé en toute objectivité par une équipe composée de médecins nutritionnistes, de diététiciennes, de praticiens hospitaliers.

- **NUTRISELF est simple à utiliser.** Il suffit d'un ordinateur avec accès à internet et d'une imprimante. Après identification, vous avez accès à tous les documents et il ne vous reste plus qu'à les télécharger (simple "click") puis les imprimer.
- **NUTRISELF est un service aux patients.** Grâce aux Fiches Conseil et Menus & Recettes adaptées à chaque pathologie et sans cesse actualisées, vous donnez des conseils de grande qualité en un temps réduit. **Vous gagnez du temps et vous donnez des conseils de qualité !**
- **NUTRISELF est aussi un outil de Formation puisqu'il vous délivre régulièrement des cours de Nutrition.**
- **NUTRISELF c'est aussi une Assistance par téléphone ou mail** avec la possibilité de poser vos questions. Nous vous aiderons à gérer des cas de clients aux profils complexes.

## Documents disponibles sur le site Nutriself.com

**Nous avons sélectionné les pathologies et les situations les plus courantes et élaboré leur régime.** Vous trouverez ainsi le surpoids, les dyslipidémies, le diabète, l'HTA, les carences, la prévention de la dénutrition, les troubles digestifs, l'ostéoporose ... ainsi que des conseils de rééquilibrage alimentaire, conseils aux femmes enceintes, aux enfants.

**Pour chaque thématique, il y a :**

- **Une Fiche conseil (sur 2 à 3 pages) :** Elle explique tout à votre client ! Elle reprend les règles alimentaires du régime ainsi que les aliments conseillés et déconseillés. Elle vous fait gagner beaucoup de temps et vous êtes sûr(e) de la qualité des conseils donnés. Vous pouvez la personnaliser et y mettre votre tampon.
- **Des Menus et Recettes (sur 1 à 2 pages) :** Un semainier permet à votre patient de suivre facilement le régime établi et de lui donner des idées de menus ! Les recettes sont adaptées à ses besoins et actualisées en fonction des saisons.
- **Un Guide d'entretien (pour vous) :** C'est votre cours de Nutrition ! Il vous permet de bien connaître les points importants de chaque régime. Il vous aide à poser les bonnes questions et à savoir répondre aux questions de vos clients.

**NUTRISELF vous propose également :**

- **Le Journal de la Nutrition** (1 page) : A lecture rapide et thématique. Il est à mettre à disposition de vos clients, en salle d'attente. **Chaque Mois, il traite d'un nouveau sujet.** Par exemple : « Sevrage tabagique, comment éviter de prendre du poids » - « Allergie ou Intolérance ? Comment faire la différence » ...
- **L'Info Nutritionnelle** : **C'est votre cours de Nutrition concernant le thème du Journal de Nutrition du Mois.** Ainsi, en lisant bien cette Rubrique, vous saurez bien répondre aux questions de vos clients ayant lu le Journal de Nutrition du Mois.

## Objectifs

- **Vous faire gagner du temps tout en assurant une bonne qualité de conseils nutritionnels** par les Fiches détaillées et complètes que vous remettez à vos clients.
- **Enrichir vos connaissances en Nutrition.**
- **Optimiser votre capacité à donner de bons Conseils en Nutrition.**

## Modalités d'inscription et d'activation

**L'activation de votre compte se fait très rapidement.**

**Sur le site [nutriself.com](http://nutriself.com), vous allez dans la Rubrique « Pour s'inscrire ». Vous remplissez bien le bulletin d'inscription. Ensuite vous imprimez le formulaire et vous nous l'adressez par courrier avec votre règlement à l'ordre d' EPM Nutrition. Dès réception de votre courrier, nous activerons votre compte. L'abonnement dure 1 an, à compter de l'activation de votre compte.**

Vous pouvez aussi, encore plus simplement, remplir le bulletin d'inscription ci joint au catalogue et nous l'envoyer avec votre règlement à l'ordre d'EPM Nutrition.

## Coût

**L'Abonnement à NUTRISELF ne coûte qu'un peu plus d' 1 € par jour !**  
Pour une année d'utilisation, NUTRISELF vous revient donc à **438 € TTC.**

**Cet investissement est pour vous une vraie valeur ajoutée !**

**Vous pouvez le déclarer au titre de la Formation Continue (prise en charge par les Organismes dédiés. Voir Modalités) ou le déduire de vos revenus au titre d'un Abonnement.**

# Formulaire d'inscription

Nom & Prénom :

Adresse :

Mail :

Téléphone :

**Je souhaite m'inscrire à la Formation suivante, en 2016 et 2017 :**

	Dates	Prix
<b>Formation Par Correspondance</b>		
<input type="checkbox"/> Nutrition de l'Adulte	<b>Année 2017</b>	980 € HT*
<b>Dossiers Optionnels</b>		
<input type="checkbox"/> Nutrition de la Femme		200 € HT*
<input type="checkbox"/> Nutrition de l'Enfant		200 € HT*
<input type="checkbox"/> Nutrition du Sportif		200 € HT*
<input type="checkbox"/> Nutrition des personnes âgées		200 € HT*

## Journées de Formation sur Paris en 2017 :

<input type="checkbox"/> « Conseil Nutritionnel en Officine »	<b>26/01/2017 – 12/10/2017</b>	300 € HT*
<input type="checkbox"/> « Nutrition de l'Adulte »	<b>09/03/2017 – 19/10/2017</b>	300 € HT*
<input type="checkbox"/> « Nutrition Seniors/Cancers »	<b>16/03/2017 – 30/11/2017</b>	300 € HT*
<input type="checkbox"/> « Nutrition de la Femme »	<b>23/02/2017 – 09/11/2017</b>	300 € HT*
<input type="checkbox"/> « Nutrition Pédiatrique » 1 J.	<b>02/02/2017</b>	300 € HT*
<input type="checkbox"/> « Nutrition Pédiatrique » 2 J.	<b>29 et 30/06/2017 – 28 et 29/09/2017</b>	500 € HT*
<input type="checkbox"/> « Diabète et Nutrition »	<b>28/04/2017 – 16/11/17</b>	300 € HT*
<input type="checkbox"/> « Surpoids et Régimes »	<b>20/04/2017 – 05/10/2017</b>	300 € HT*
<input type="checkbox"/> « Nutrition des Personnes Agées »	<b>12/01/2017 – 14/09/2017</b>	300 € HT*
<input type="checkbox"/> « Alimentation, Cultures et Religions »	<b>01/06/2017</b>	300 € HT*
<input type="checkbox"/> « Nutrition du Sportif »	<b>11/05/2017</b>	300 € HT*
<input type="checkbox"/> « Risque cardio-vasculaire et Nutrition »	<b>05/05/2017 – 23/11/2017</b>	300 € HT*
<input type="checkbox"/> « 2017 : Actualités en Nutrition »	<b>16 Juin - 23 Juin 2017</b>	300 € HT*

## Service aux patients :

<input type="checkbox"/> <b>NUTRISELF</b>	1 an à compter de l'inscription	438 € TTC
-------------------------------------------	---------------------------------	-----------

Total à payer = \_\_\_\_\_

\* Exonération de TVA au titre de la formation continue.

**Veillez retourner ce formulaire ainsi que votre règlement à l'ordre de  
EPM Nutrition, à l'adresse suivante :**

EPM Nutrition, 11 avenue des Vignes – 92 210 SAINT CLOUD.

## Pour la prise en charge de votre Formation

**Ces Formations s'adressent aussi bien aux Pharmaciens Titulaires qu'aux Pharmaciens Adjoint et aux Préparateurs.**

Dans tous les cas, la Formation peut être prise en charge par le FIF- PL ou ACTALIANS (anciennement OPCA – PL) **car la NUTRITION et le CONSEIL DIETETIQUE font partie des objectifs prioritaires.**

**Pour chacun de ces 2 organismes, il faut faire sa demande 1 mois avant le début de la Formation. C'est une demande d'entente préalable.**

### ➤ Vous êtes Pharmacien Titulaire

**Vos Formations sont prises en charge par le FIF – PL.**

**Constituez votre Dossier et faites votre demande d'entente préalable sur le site [www.fifpl.fr](http://www.fifpl.fr) (Tel : 01 55 80 50 00), au moins 1 mois avant le début de la Formation.**

- Formulaire de demande d'entente préalable,
- Votre Attestation URSSAF de Cotisation à la Formation Professionnelle (CFP),
- Le Programme de la Formation et le coût (fourni sur demande par EPM Nutrition),
- La Convention de Formation (fournie par EPM Nutrition),
- Votre RIB.

### ➤ Vous êtes Salarié de l'Officine

**Vos formations relèvent d'ACTALIANS (anciennement l'OPCA – PL). Constituez votre Dossier de demande préalable en allant sur le site [www.actalians.fr](http://www.actalians.fr) (Tel : 01 53 00 86 00) au moins 1 mois avant le début de la Formation. Il vous sera demandé :**

- De remplir le Formulaire de demande d'entente préalable,
- D'indiquer le Programme de la Formation et le coût de cette Formation,
- D'indiquer le montant de votre salaire mensuel.

**La Prise en charge de votre Formation peut se faire :**

- **Soit dans le cadre du CPF (anciennement DIF) : 4 Jours de Formation par an, à raison d'une prise en charge maximale de 240 euros par jour**
- **Soit dans le cadre du Plan de Formation proposé par votre Employeur : 4 Jours de Formation par an, à raison de 239,20 euros par jour au maximum.**

**Sachez que tous les cas de figure sont étudiés par ces Organismes et que la Formation par Correspondance et même NUTRISELF peuvent également être pris en charge. Nous vous fournirons les Justificatifs nécessaires à la constitution de votre Dossier (Tel : EPM Nutrition : 01 41 12 96 07 – [formation@epm-nutrition.org](mailto:formation@epm-nutrition.org)).**

## Les 10 bonnes raisons de suivre les Formations EPM Nutrition et de vous abonner à NUTRISELF

1. **Le métier de pharmacien développe de plus en plus la dimension de Conseiller. C'est aussi ce qu'attendent de vous vos clients.**
2. **La Nutrition est au coeur de l'action thérapeutique et préventive dans 80% des pathologies** que présentent les clients en Officine (surpoids, dyslipidémies, diabète, HTA, maladies cardiovasculaires ....).
3. **Bien conseiller en Nutrition n'est pas facile ; il faut en savoir beaucoup pour être capable d'aller à l'essentiel.** C'est l'objectif et l'expertise des Formations EPM Nutrition assurées par le Dr Laurence PLUMEY, Médecin Nutritionniste et Diététicienne, Professeur à l'Ecole de Diététique de Paris, Hôpital Necker et A. Béchère.
4. **Vos Attestations de Formation délivrées par EPM attestent que vous avez suivie une Formation de qualité vous permettant de développer votre Activité de « Conseil en Nutrition ».**
5. **Les Connaissances évoluent très vite.** Les conseils au diabétique ou au patient hypercholestérolémique ne sont plus les mêmes qu'il y a 10 ans. Il faut sans cesse se tenir au courant des nouvelles données et recommandations.
6. **Vos clients pourraient bien en savoir plus que vous, mais vous restez pour lui une valeur de référence.** A vous de montrer votre compétence et votre avis sur ce qui se dit de vrai ... et de faux !
7. **Parler de Nutrition ne prend pas autant de temps que vous pourriez le craindre.** En étant bien formé(e), vous saurez poser rapidement les bonnes questions et donner les Conseils adaptés. **Raison de plus pour vous abonner à NUTRISELF, outil UNIQUE qui vous permet (entre autres) de donner des Fiches Patients et Menus et Recettes à vos patients : des documents sérieux, complets et valorisants pour vous. Une vraie valeur ajoutée pour votre Officine !**
8. **Plus de 6000 médecins et pharmaciens ont déjà suivi et continuent de suivre les Formations EPM Nutrition et se sont abonnés à NUTRISELF.** Ils en sont ravis et persévèrent. Pourquoi pas vous ?
9. **Le coût de votre Formation peut être pris en charge par le FIF-PL ou ACTALIANS, dans le cadre du DIF ou du Plan de Formation, car la Nutrition est un thème prioritaire. Faites en la demande !** EPM Nutrition vous fournira tous les indications et documents nécessaires. Remplissez votre Dossier sur les sites [www.fifpl](http://www.fifpl) ou [www.actalians.fr](http://www.actalians.fr).
10. **NUTRISELF est un outil unique de Fiches de Prescription Nutritionnelle, de Menus et Recettes, et autres Services au Patient.** Vous y trouvez tout ce qui est nécessaire pour des Conseils rapides et efficaces avec des documents sérieux et complets. **Une vraie valeur ajoutée pour votre Officine.** Par ailleurs, c'est un Service non lié à un Laboratoire ou à un Industriel de l'Agro Alimentaire, et c'est pourquoi il est payant (1 euro par jour !). C'est le prix de l'Indépendance. Vous pouvez aussi faire la demande de prise en charge auprès du FIF-PL ou ACTALIANS en le déclarant comme outil de Formation pour vous – ou sinon le déduire de vos revenus comme Frais d'Abonnement.