



Formation en Psycho-Neuro-Nutrition

La PNN est une formation en ligne dédiée aux Professionnels de la santé, de la naturopathie, du bien-être et des thérapies alternatives, souhaitant se perfectionner et se spécialiser dans la prise en charge nutritionnelle et l'accompagnement personnalisé au changement de comportement alimentaire, grâce aux différents outils et stratégies naturopathiques.

La psycho-neuro-nutrition fait référence à l'ensemble des approches visant à modifier le comportement alimentaire d'un individu afin de l'accompagner vers un état de mieux-être.

La PNN vise à optimiser les fonctions cérébrales et les fonctions psychiques en assurant la satisfaction des besoins du cerveau et du psychisme (nutritionnels, micronutritionnels et fonctionnels).

Elle s'appuie à la fois sur des concepts relevant de la psychologie et de la micronutrition. La psycho-neuro-nutrition est un programme d'accompagnement de vos consultants favorisant des changements de mode de vie vers des habitudes plus saines. L'objectif est de corriger les causes des déséquilibres pour retrouver un équilibre global. Plus concrètement, la PNN peut être utilisée pour lutter contre des désordres tels que :

- Le stress, le syndrome de fatigue chronique
- La baisse des facultés physiques et intellectuelles
- Les troubles de l'humeur, les angoisses,
- Les difficultés de concentration et de mémorisation
- Le manque de motivation et de confiance en soi
- Les troubles du sommeil
- Les troubles digestifs
- La gestion du poids, addictions, comportements compulsifs
- Les déséquilibres hormonaux
- Les problèmes de fertilité
- Les douleurs chroniques

Profils des apprenants

- Naturopathes professionnels ou en cours de formation
- Professionnels du bien-être
- Professionnels des thérapies alternatives
- Professionnels de santé

Prérequis

- Connaissances basiques de l'anatomie et de la physiologie humaine
- Expérience professionnelle conseillée
- Votre formation fera l'objet en amont d'un questionnaire spécifique (évaluation pré-formative) pour valider les prérequis identifiés dans la Fiche programme.

**Prérequis technique**

- PC/MAC
- Connexion internet

Objectif global

Permettre aux Professionnels de la Naturopathie et des thérapies alternatives de se perfectionner et de développer leurs compétences dans la prise en charge des problématiques liées à l'alimentation, grâce aux différents outils et stratégies naturopathiques.

Objectifs pédagogiques

A l'issue de cette formation, le stagiaire sera capable de :

- Connaître les besoins nutritionnels du cerveau pour qu'il fonctionne de manière optimale
- Comprendre et appliquer la nutrition et la micronutrition
- Maîtriser les outils naturopathiques selon les cas
- Expliquer et dispenser les exercices de l'alimentation en pleine conscience
- Établir un programme d'accompagnement intégrant les outils naturopathiques et la micronutrition
- Employer la bonne attitude en tant qu'accompagnant des troubles psycho-nutritionnels
- Adapter et structurer un protocole de prise en charge en fonction des sujets

Durée : 16.00 heures (120.00 jours)

Modalité et délais d'accès :

L'accès à nos formations peut être initié à l'initiative propre du stagiaire.

Pour chaque demande de formation, notre service réalise un entretien téléphonique avec le référent pédagogique afin d'établir un premier entretien personnalisé qui prend en compte les attentes.

Lors de cet entretien, les modalités de déroulement de la formation, le ou les objectifs, les connaissances et les compétences acquises, sont précisés.

Sont ensuite préparés devis personnalisé puis contrat de formation.

À réception du devis et du contrat signés, l'inscription est validée.

L'organisation logistique, technique, pédagogique est établie lors des divers échanges avec notre service formation et le stagiaire.

Le délai d'accès aux formations, tient compte de ces différentes formalités afin d'être accessible dans un temps d'environ 2 semaines avant le début de l'action.

Référente formation : Pascale FAIVRE

Tarif : 497.00 €

Contenu de la formation

- Introduction à la Psycho-Neuro-Nutrition PNN
 - Qu'est ce que la PNN ?
 - Liens entre psychologie, neurologie, et comportements alimentaires
 - Rappel de l'anatomo-physiologie : - Système nerveux - Système digestif
 - Chimie digestion et absorption
- Le système nerveux entérique
 - La signalisation inter-neuronale
 - Les neurotransmetteurs
 - Les hormones
- L'axe intestin-cerveau
 - Le microbiote : deuxième cerveau
 - Communication intestin-cerveau
 - Microbiote, cerveau et comportement
 - Rééquilibrage de la chimie cérébrale via la nutrithérapie
- Psycho-neuro-nutrition : outils pratiques
 - Les principaux neurotransmetteurs de l'équilibre psychique
 - Optimiser l'ensemble du fonctionnement cérébral.
 - Rétablir l'équilibre émotionnel et la stabilité de l'humeur
- Evaluation
 - Conditions d'obtention du certificat de réalisation de formation
 - QCM final

Organisation de la formation

Contact formatrice

La formation est menée directement par la fondatrice de l'Institut Académique de Naturopathie Evolutive Appliquée ; Pascale FAIVRE, sophrologue, naturopathe, formatrice, auteure et conférencière.

Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des stagiaires dans une salle de classe virtuelle dédiée à la formation.
- Powerpoint : Documents supports de formation projetés
- Vidéos : Exposés théoriques
- PDF : cours et études de cas concrets
- QCM en ligne
- Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation.
- Webconférence en direct-session questions/réponses

Modalités de l'évaluation des résultats de la formation

- Questions orales ou écrites (QCM).
- Mises en situation.
- Formulaire d'évaluation de la formation.

Certificat de réalisation

Votre Formateur formalise les résultats de votre évaluation sous l'angle des objectifs opérationnels à atteindre sur un certificat de réalisation qu'il vous remet immédiatement par mail.

Accessibilité

L'accessibilité aux personnes en situation de handicap dépend du type de handicap au regard des modalités d'accompagnement pédagogique (ces aspects sont à évoquer impérativement avant toute contractualisation afin de vous orienter au mieux).