

# Formation complète en Alimentation-Santé-Durable

## Votre formation...

Formation Européenne théorique et pratique de plus de 200H de cours entièrement disponible en distanciel, e-learning et webinaire en direct avec les professeurs.

Cycle complet sur 2 années, chaque année pouvant être suivie séparément.

Les bases pour bien débiter...

**Prérequis**

Disponible en Septembre 2020

- **Accessible:** à toutes personnes inscrites à la 1ère année et/ou à la 2ème année
- **Objectifs :** connaître les bases fondamentales avant de démarrer votre formation

Année 1: **ASDF**

**Alimentation Santé Durable Fondamental**

d'octobre 2020 à juin 2021

- **Accessible:** à toutes personnes désireuses d'acquérir une compétence professionnelle et une reconnaissance en alimentation santé durable, que vous soyez professionnels de la santé, de la restauration ou de toutes autres métiers.
- **Objectifs :** connaître les notions de santé, d'alimentation saine, de prévention et de restauration du capital santé , l'impact de l'alimentation et du style de vie sur la santé et l'environnement.

Année 2 : **ASDPP**

**Alimentation Santé Durable Perfectionnement Pratique**

d'octobre 2021 à juin 2022

- **Accessible** aux professionnels ayant suivis la 1ère année ASD ou ASDF
- **Objectifs :** développer un savoir-faire pour accompagner individuellement ou collectivement toutes personnes désireuses de prendre soin de leur capital santé. Devenir un consultant ou un conseiller reconnu pour sa compétence dans le domaine de l'alimentation favorable à la santé et à l'environnement

### Cette formation est-elle pour moi ?

Oui, si vous recherchez une formation innovante, théorique et pratique, scientifiquement validée en **Alimentation et son impact sur la santé et l'environnement**. Cette formation est totalement indépendante des firmes agro-alimentaires, pharmaceutiques, compléments alimentaires et de laboratoires...

- ✿ **Destinée à toutes personnes désireuses d'acquérir une compétence professionnelle et une reconnaissance en alimentation santé durable**, que vous soyez professionnels de la santé, de la restauration, ou professionnels de soins : naturopathe, nutrithérapeute, coach en alimentation saine, animateur/animateur d'ateliers de cuisiner santé... ou de tout autre métier
- ✿ **Dans le cadre d'un perfectionnement personnel ou professionnel** pour compléter vos formations antérieures.
- ✿ **Dans le cadre d'un projet de reconversion professionnelle** débouchant sur un métier d'avenir.
- ✿ **Dans le cadre de votre métier actuel** pour proposer un accompagnement en alimentation durable et en capital santé

**Formation diplômante** : Diplôme de Consultant, Conseiller, Assistant ou Coach en Alimentation Santé Durable de l'Institut SiN.

### Qu'est-ce que l'Alimentation-Santé-Durable ?

C'est une approche globale qui met l'accent sur **la place de l'alimentation, des choix alimentaires et des conseils pratiques pour la santé de l'homme et le respect de la planète**. Elle intègre différentes disciplines toutes complémentaires permettant d'avoir une vision complète et holistique :

- ✿ **L'alimentation** : l'étude des aliments et de leurs transformations agroalimentaires. L'étude des filières à vocation santé : ensemble des « savoir-faire » respectueux de l'aliment, du consommateur et de la planète... depuis le champ jusqu'à l'assiette.
- ✿ **La nutrition** : discipline étudiant les liens entre l'alimentation, les nutriments, la santé de l'homme et l'apparition des maladies. Elle propose des protocoles de prévention de certaines affections.
- ✿ **La Micronutrition** : discipline mettant en lumière le rôle des micronutriments dans la santé et leur optimisation par l'alimentation ou par l'utilisation de compléments alimentaires pertinents, validés et conseillés à bon escient.

- ❁ **La cuisine santé durable** : étude des disciplines culinaires intégrant les bons choix alimentaires, la préparation, transformation, cuisson, conservation... des aliments. Élaboration de menus, recettes et gastronomie-santé durable.
- ❁ **La gestion du capital santé** : ensemble des approches permettant de mieux gérer son capital santé, orientées vers l'épanouissement de l'individu, de son bien-être et le maintien en bonne santé à tous les âges de la vie.
- ❁ **Les disciplines de coaching de pédagogie et de communication-conseil en bien-être** : méthodes de psychologie moderne, de psychologie cognitive et comportementale, de neurosciences, de communication... permettant la délivrance de conseils de vie efficaces liés aux choix alimentaires, aux comportements alimentaires, à l'adaptation des modèles et des régimes alimentaires, aux conseils de complémentations alimentaires adaptés, à la cuisine santé, au sommeil, à l'activité physique, à la remise en mouvement, à la gestion des émotions et du stress...

### Zoom sur l'institut SiN et Le Collège enseignant

L'institut SiN, Institut scientifique pour une nutrition raisonnée est un organisme officiel agréé de **formation professionnelle continue** reconnu et référencé en Europe pour la **qualité scientifique** de son enseignement à la pointe des connaissances scientifiques, **son indépendance** et **sa performance** dans les toutes dernières technologies numériques, il est organisme de DPC, Datadocké, Pôle emploi, FIFPL, il est le **leader dans le domaine de la Nutrition Santé Durable, de la Micronutrition et en Neuro-Nutrition®**.

Le cursus de formation est enseigné par le **professeur Olivier Coudron** ceci permettant d'avoir une **vision globale, précise et cohérente** de l'ensemble de la matière. Le cursus de formation est réalisé en étroite collaboration avec le Collège international de nutrition raisonnée : CINR

Le Docteur Olivier Coudron est **lauréat de la faculté de médecine de Paris** et diplômé en chronobiologie, **professeur à l'université de Bourgogne**, responsable des formations en nutrition-santé et **Directeur scientifique de l'institut SiN**. Après 20 ans d'exercice de la médecine et de la nutrition à Paris, il s'est orienté vers la formation continue des médecins, pharmaciens, diététiciens... en nutrition santé. Plus de 10 000 professionnels formés dans plusieurs pays, la Belgique, le Luxembourg, la France, les DOM-TOM, la Suisse... **Il est le créateur et directeur du premier diplôme universitaire** « alimentation santé et micronutrition » **en France pour les médecins, pharmaciens...** Formateur et conférencier, expert pour l'INAF (Québec), membre du conseil scientifique de VITAGORA jusqu'en 2011 et directeur médical de la revue « Nafas » (Nutraceutiques, aliments fonctionnelles aliments santé). Auteur de nombreux livres sur la nutrition santé dont le « guide des ordonnances de nutrition » aux éditions de santé. Il est le **président-fondateur du collège international pour une nutrition raisonnée**.

### Comment se déroule la formation ?

Découvrez la première formation en Alimentation santé durable vous offrant **toutes les facilités des nouvelles technologies de formation en ligne**. Formez-vous de chez vous et restez continuellement en lien avec les autres étudiants du cursus, posez vos questions en direct au professeur Coudron sans vous déplacer... Le cursus comprend plus de **200 h de cours**, disponible en présentiel, en e-learning, en séances de webinaires **en direct de chez vous... 24h / 24, 7j / 7**. La formation s'organise sur **2 années académiques 2020 - 2022, les 2 années pouvant être suivies séparément**.

Les bases pour bien débiter...

**Prérequis**

Disponible en Septembre 2020

Année 1: **ASDF**

**Alimentation Santé Durable Fondamental**

130h d'octobre 2020 à juin 2021

#### ✿ **Le début de cursus en « distanciel » en début de 1<sup>ère</sup> année**

- ☐ **Date : Le Samedi 03 octobre 2020** de 9h30 à 11h00 et de 15h00 à 16h30

Cette journée de **séminaire en ligne** rassemble les étudiants de tous les cursus des formations complètes, elle est organisée en 2 plages horaires, le matin pour la présentation de l'institut SiN et l'explication de la plateforme et des outils e-learning et l'après-midi par un cours introductif commun à l'introduction de la nutrition.

- ☐ La présence à ces 2 séminaires en ligne n'est pas obligatoire mais est vivement conseillée
- ☐ Les 2 séances **seront enregistrées et disponibles** dans votre plateforme de formation

#### ✿ **La formation mensuelle en E Learning à distance de chez vous**

- ☐ **Un enseignement mensuel** sous forme de **cours en E Learning**, de plus de **10h de cours** activés chaque mois d'octobre 2020 à juin 2021 dans votre plateforme de formation

**Module 01 : Les choix alimentaires et la santé**

- Histoire de l'homme et de son alimentation
- L'évolution de notre alimentation au fil du temps
- Les différents modèles alimentaires
- Les régimes particuliers
- Les différentes approches et courants de pensée
- Que mangerons-nous demain ?
- Alimentation santé durable ou raisonnée
- Les 5 piliers et les 10 principes fondamentaux
- Choix alimentaires, santé et respect de notre planète

**Module 02 : Le capital santé**

- Définition de la santé et du capital santé
- Fonctionnement du corps humain en bonne santé
- Prévention et préservation du capital santé
- Les principales causes de déséquilibre et de maladies
- Retrouver l'état de bonne santé : les approches de soins
- La place de l'alimentation santé durable

**Module 03 : Les aliments et leur composition**

- Classification des aliments
- Composition des aliments
  - Nutriment, Micronutriments
- Les aliments vedettes
- Les ingrédients et aliments particuliers
  - Les additifs, les ingrédients technologiques alimentaires
- Toxicologie nutritionnelle : les toxiques et les toxines
  - Les contaminants, métaux lourds, pesticides...

**Module 04 : L'offre alimentaire moderne**

- Les filières de production, transformation, distribution,
- Les étiquettes et les labels

**Module 05 : Cuisine santé et environnement**

- La préparation des aliments
- Les ustensiles de cuisson
- Cuisson et température
- L'alimentation cuisinée, différée et la conservation
- Comment transformer les recettes, les menus en recettes santé durable

**Module 06 : Conseiller une alimentation saine et durable**

- Comment acheter sain et durable ?
- Les programmes d'alimentation santé
- Le développement durable
- Les recommandations pour tous en pratique
- Les recommandations adaptées à toutes les situations

**Module 07 : La micronutrition**

- La démarche et le raisonnement en micronutrition
- Comprendre et choisir les compléments alimentaires
  - Classifications, Critères de fiabilité et sécurité, d'efficacité

**Module 08 : Accompagner individuellement ou collectivement toutes personnes désireuses de prendre soin de leur capital santé.**

- Les situations fréquentes au cours desquelles vous devrez adapter vos conseils d'alimentation santé durable et de coaching en capital santé :
  - Risque ou maladie cardiovasculaire et diabète
  - Surpoids et obésité
  - Intolérances alimentaires
  - Troubles digestifs
  - Maladies inflammatoires et troubles immunitaires
  - Préventions d'un cancer
  - Trouble neuropsychique et psychiatrique
  - Sevrage tabagique
  - La grossesse
  - Pratique sportive
  - Différents âges de la vie
  - Autres situations individuelles

**Module 09 : Les pratiques de soins non conventionnelles**

- Le coaching physique, la remise en mouvement
- La composition corporelle
- Le coaching du stress
  - La prévention du stress, détente et relaxation et méditation
- Le coaching du sommeil, du tonus et de la vitalité
- Le coaching psychologique du « mieux-être »
  - La motivation au changement
  - L'optimisation du bien-être mental

**Module 10 : Les pratiques professionnelles possibles**

- Ethique et déontologie en pratique
  - Les cadres réglementaires d'exercice professionnel
  - Les valeurs
- Exercice professionnel en collaboration
  - Collaborer avec un médecin ou avec un professionnel de santé (diététicien, pharmacien, kinésithérapeute...)
- Développer son propre cabinet
  - Cabinet de coaching en capital santé
- Développer une activité de pédagogie ou de conseil
  - Conférences et information publique
  - Consultance dans des entreprises

- Documents, supports de cours** et outils pédagogiques **téléchargeables et imprimables**
- Espace forum** pour poser vos questions entre vous et pour les séances de webinaires

✿ **Quizz d'entraînement par des questionnaires « en ligne »**

Portant sur les différents modules, les quizz d'entraînements peuvent être réalisés plusieurs fois.

✿ **Les 10 séminaires en ligne, un lundi ou un vendredi par mois de 13h à 14h en direct**

- Webinaires interactifs**, vous poserez **toutes vos questions au Dr Coudron**
- Vous êtes absent, pas de soucis, les enregistrements des échanges des webinaires sont disponibles en retransmission sur votre plateforme de cursus.
- Les dates des webinaires de la 1<sup>ère</sup> année :**

<b>26-10-2020</b>
<b>20-11-2020</b>
<b>11-12-2020</b>
<b>08-01-2021</b>
<b>01-02-2021</b>
<b>26-02-2021</b>
<b>26-03-2021</b>
<b>23-04-2021</b>
<b>21-05-2021</b>
<b>21-06-2021</b>

✿ **La journée de clôture en « distanciel » en fin de 1<sup>ère</sup> année**

- Date : Le Samedi 26 juin 2021** de 9h30 à 11h00 et de 15h00 à 16h30
- Cette journée de **séminaire en ligne** de fin de 1<sup>ère</sup> année rassemble les étudiants de tous les cursus des formations complètes terminant un cycle, elle est organisée en 2 plages horaires, le matin pour vous apporter des explications sur les modalités des examens et l'après-midi pour accueillir à distance des orateurs experts sur différents sujets
- La présence à ces 2 séminaires en ligne n'est pas obligatoire mais est vivement conseillée
- Les 2 séances **seront enregistrées et disponibles** dans votre plateforme de formation

❁ **Examen diplômant de fin de formation**  
**Diplôme Intelligent-Nutrition® en Alimentation Santé Durable de l'Institut SiiN**

- Examen final « en ligne » portant sur l'ensemble du programme de 1<sup>ère</sup> année
- Passez votre examen au jour et à la date de votre choix, durée d'une heure environ, vous passez votre examen quand vous êtes prêt, l'examen est disponible pendant 5 ans dans votre espace personnel. (L'examen n'est pas obligatoire pour ceux qui ne désirent pas le diplôme)
- En cas d'échec, un examen de rattrapage vous sera proposé après 6 mois pour vous laisser le soin de revoir la matière.
- Vous pouvez entrer en 2<sup>ème</sup> année sans avoir passé l'examen de 1<sup>ère</sup> année : votre 2<sup>ème</sup> année servira alors de révision en préparation à l'examen.

❁ **Le Tarif de la 1<sup>ère</sup> année ASDF et le prérequis**

- ❁ Paiement unique : **2500€**
- ❁ Membre SiiN Academy : **2250€**
- ❁ Paiement par mensualités de septembre 2020 à juin 2021 : **10 x 280€**

**Puis-je bénéficier d'une prise en charge financière ?**

❁ **Par l'Agence nationale DPC pour les professionnels de la santé : L'ANDPC prend en charge un cours de votre cursus :**

**Pour les pharmaciens libéraux, un montant de 799.96€ est alloué**, vous recevrez directement à l'inscription, la formation prise en charge par l'Andpc dans votre espace de formation

**Pour les médecins libéraux, un montant de 1995€ est alloué**, vous recevrez directement à l'inscription, la formation prise en charge par l'Andpc dans votre espace de formation.

**Pour les pluriprofessionnels, veuillez vérifier le montant qui vous est alloué**, vous recevrez directement à l'inscription, la formation prise en charge par l'Andpc dans votre espace de formation.

**Par exemple, pour les masseurs-kinésithérapeutes, un montant de 546€ est alloué, exemple 2500-546=1954 €**

Je règle ma 1 <sup>ère</sup> année et le prérequis	Au PRIX de	Pour les pharmaciens pris en charge par l'ANDPC	Pour les médecins pris en charge par l'ANDPC
Tarif officiel	2500 €	1700 €	505 €
Tarif membre SiiN Academy	2250 €	1450 €	255 €

Le restant de la formation, non prise en charge par l'agence DPC, suivra le déroulement normal du cursus sur 2 ans à savoir de septembre 2020 à juin 2022

**Le Versement du solde de la formation (Partie non-prise en charge par le DPC) se fait à l'inscription.**

Attention déduction de la prise en charge DPC sur le tarif hors paiement par mensualités.

Ces montants, à régler, sont calculés en fonction d'une disponibilité du budget total sur 2020, si vous avez déjà utilisé la prise en charge DPC pour une autre formation, votre quote-part sera alors modifiée au moment de votre inscription.

- ❖ **Par votre organisme de prise en charge pour les autres professionnels ou pour les salariés Téléchargez la convention et le devis** et adressez-les à votre organisme de prise en charge : Fifpl, OPCA, Actalians, Pôle emploi, Fongecif, chèques formations...**l'institut SiiN est Datadocké 0058382**
- ❖ **Le FIFPL prend en charge la formation Alimentation Santé Durable Pour les infirmiers : NACPRO attribué : S0520200310007**
- ❖ **Pour les kinésithérapeutes-masseurs : Formation complète en Alimentation-Santé-Durable : NACPRO attribué : S0620200300114**

### Comment puis-je régler ma formation ?

Nos formations sont exonérées de tva. Les paiements s'effectuent en ligne sur le site du S.I.I.N. par carte bancaire par paiement sécurisé INGENICO ou par virement bancaire dans les 5 jours de l'inscription, le RIB étant disponible au moment de l'inscription sur le site.

Les factures sont disponibles immédiatement dans votre espace personnel sur le site du S.I.I.N.

**Les paiements par mensualités sont non cumulables avec la ristourne SiiN Academy.**

**Si vous choisissez la méthode de paiement par mensualités et si vous ne réglez pas vos mensualités** : attention que vous n'avez plus accès à votre formation en attendant que vous soyez de nouveau en ordre de paiement, vous devrez alors payer vos mensualités de retard pour avoir de nouveau accès à votre plateforme.

### Comment ai-je accès à mes cours ? Combien de temps ?

Les cours, les modules et les webinaires sont consultables dans votre espace personnel sur le site 7j/7 et 24h/24, **date de fin d'accès après 5 ans, renouvelable ensuite en tant que membre de la SiiN Academy.**

**Y-a-t-il une réduction si je suis plusieurs grandes formations complètes ?**

**Si vous désirez suivre également la formation complète en Nutrition Santé Micronutrition sur 3 ans** pour compléter votre cursus, **vous bénéficierez alors de 20%** sur le prix de la formation des 3 ans. Cela ne s'applique qu'au paiement unique hors prévente.

**Si vous désirez suivre également la formation complète en Neuro-Nutrition®** pour compléter votre cursus, **vous bénéficierez alors de 25%** sur le prix de la formation en Neuro-Nutrition®. Cela ne s'applique qu'au paiement unique hors prévente.

### Les conditions générales...

En vous inscrivant à la formation vous acceptez les conditions générales et spécifiques d'utilisation du site et E-learning de S.I.I.N

Les conditions sont disponibles sur le site SIIN :  
<https://www.siin-nutrition.com>

La formation complète en Nutrition Santé de l'institut SiIN est une **formation unipersonnelle et protégée par les droits de propriété intellectuelle.**

- A votre première connexion, divers renseignements publiques sont repris et stockés à des fins de localisation et d'identification et sera par conséquent la référence d'utilisation pour vos connexions suivantes, vous ne pourrez pas suivre les cours si les références suivantes sont différentes de l'attribution de la première connexion, exemple si vous désirez suivre votre formation d'une autre ville vous devrez nous fournir un document officiel attestant que cette seconde adresse est bien la vôtre (cabinet, bureau...).

En cas de découverte de formation pluripersonnelle, les sanctions des conditions générales seront appliquées sans sommation.

- Vous reconnaissez que le contenu de cette formation est protégé par des droits de propriété intellectuelle.  
Il vous est interdit de modifier, publier, transmettre, enseigner, distribuer, représenter, transférer ou vendre, créer des versions dérivées ou exploiter de quelque façon que ce soit une quelconque partie du contenu de cette formation, en tout ou en partie.  
Le fait de télécharger le contenu de ce site ne vous donne aucun droit de propriété sur ce contenu. Il vous est strictement interdit de modifier le contenu ou de l'utiliser à d'autres fins, notamment sous forme imprimée. Il est interdit d'utiliser le contenu sur tout autre site ou sur tout autre réseau informatique, ou dans toutes autres formations, sans avoir obtenu l'autorisation écrite au préalable de S.I.I.N.

En cas de découverte d'utilisation du contenu sans autorisation préalable, les sanctions des conditions générales seront appliquées sans sommation.

- Vous reconnaissez que la marque Intelligent-Nutrition® est une marque appartenant à l'institut S.I.I.N. et est protégée juridiquement par le dépôt des marques, toute utilisation de la marque doit avoir obtenu l'autorisation écrite au préalable de S.I.I.N

L'Institut SIIN

#### S.I.I.N. France Sas

**Scientific Institute for Intelligent Nutrition - Institut Scientifique pour une Nutrition Raisonnée**

60, Avenue d'Iéna -75116 Paris-France

Numéro de déclaration d'activité 11754718475

IBAN: FR76 1350 7001 0431 2777 9213 012

IBAN: BE61 0689 0207 9617

Tél: +32 81 403 465

[secretariat@siin-nutrition.com](mailto:secretariat@siin-nutrition.com)

N° SIRET 518 857 594 00015

TVA FR20518857594

BIC: CCBPFRPPLIL

BIC: CKCCBEBB

[www.siin-nutrition.com](http://www.siin-nutrition.com)

**Organisme DPC 3031, Organisme Datadocké 0058382, Organisme référencé Kairos de Pôle Emploi**

