La Formation « Assurer des prestations de Conseil en NAPSO-THERAPIE ». Nutrition - Activité Physique - Sommeil

Cette Formation est nouvelle et **s'adresse uniquement aux professionnels de santé**. Elle débouche sur des actions de prévention primaire et secondaire qui répondent à l'évolution actuelle des comportements de vie et aux problèmes de santé que connaissent de plus en plus les différentes catégories de population.

Qu'est-ce qu'un Conseiller en NAPSO - THERAPIE et en quoi est-il utile ?

C'est un professionnel de santé formé à l'accompagnement personnalisé dans les trois domaines essentiels que sont la Nutrition – l'Activité Physique – le Sommeil. Ces conseils sont destinés à des patients souffrant de pathologies mais aussi dans le cadre de la prévention santé.

Le constat ….

Près d'un Français sur deux est en surpoids, soit 47% dont 30% sont en surpoids modéré et 17% souffrent d'obésité – 3,5 millions d'adultes souffrent de diabète de type 2 – plus de 10 millions de personnes souffrent d'hypertension artérielle – plus de 20% des adultes ont trop de LDL cholestérol – et 400 décès par jour sont liés à une maladie cardio-vasculaire. De plus, nous savons que 40% des cancers pourraient être évités par une amélioration des comportements de vie (alimentation, activité physique, sommeil, alcool, tabac).

Les causes …

La plupart de ces pathologies sont essentiellement liées aux mauvais comportements de vie : alimentation déséquilibrée, trop calorique, trop grasse et trop sucrée – pauvre en légumes (en moyenne une à deux portions par jour au lieu des 5 portions recommandées), également trop pauvre en céréales complètes. Attention aussi à la sédentarité croissante, à la montée du stress et au manque de sommeil. Quelques chiffres particulièrement édifiants : plus de 50% des Français font moins de 30 mn de marche par jour, 40% des Français sont insatisfaits de leur sommeil (20% souffrent d'insomnie). Il faut dire que 30% des Français dorment moins de 6 heures par nuit ; rien de surprenant quand on sait que 40% d'entre eux se connectent aux réseaux sociaux avant de s'endormir. N'oublions pas non plus le tabac et l'alcool, grands fournisseurs de cancers.

La prévention : un objectif majeur et prioritaire de Santé Publique.

On le sait : 40% des cancers et 80% des maladies cardio-vasculaires et métaboliques pourraient être évités si les comportements de vie étaient corrects. C'est d'ailleurs l'une des priorités du Plan Santé gouvernemental en 2025. **C'est là qu'intervient le Conseiller en NAPSO-THERAPIE. Il devient Préventeur dans le Domaine de la Nutrition, de l'Activité Physique et du Sommeil, aussi bien en prévention primaire (pour éviter les pathologies) que secondaire (pour aider à traiter les pathologies et diminuer les risques de récidives).**

Document édité en Février 2025.

La Formation : utile à savoir.

Prérequis : être professionnel de santé, c'est-à-dire médecin, infirmier(e), diététicienne, sage-femme, kinésithérapeute, pharmacien(ne), préparateur en pharmacie, aide-soignant, , psychothérapeute.

Objectifs : cette Formation permet de savoir identifier les erreurs de comportement dans le domaine de l'alimentation, de l'activité physique et du sommeil – pour ensuite les corriger par des conseils adaptés et enfin savoir suivre et encourager la personne dans l'idée d'optimiser sa santé (rôle de prévention). Elle permet également de savoir dépister des problèmes qui nécessitent une prise en charge par des experts vers lesquels il faudra rediriger la personne (rôle de sentinelle).

Début, Durée, Temps de travail : la formation dure 9 mois pour un total de 400 heures de formation. Compter une moyenne de 5 à 6 jours de travail par mois (45 heures). Dans l'année, il y a plusieurs départs de promotions. En Janvier / en Avril / en Octobre.

Modalités d'accès : l'entretien téléphonique préliminaire permet à l'intéressé(e) d'en savoir plus sur cette Formation et au Formateur de bien évaluer le profil, les besoins et objectifs de la personne. A l'issue de cet entretien, un CV et une lettre de motivation seront demandés. Après accord du Formateur, l'intéressé adresse son Bulletin d'inscription et son règlement. Une convention ou un contrat de formation lui sera alors adressé (à retourner signé) et la Formation pourra débuter.

Modalités pédagogiques : la formation se fait totalement en distanciel. Au lancement de la Formation, un mail détaillé sur les modalités de la Formation est adressé à l'apprenant (accès à l'intranet, travail des vidéos et cours mis à disposition sur l'intranet, tests en e-learning à réaliser à la fin de chaque mois, visio-conférence mensuelle dont les dates sont communiquées au début de la Formation). Au début de chaque mois, le Formateur précise le programme de travail à effectuer sur l'intranet.

Modalités d'évaluation : une évaluation des connaissances, de type **contrôle continu**, sera effectuée à la fin de chaque mois sous la forme d'un examen en e-learning minuté, retourné noté et corrigé. Sont également prévues des visio-conférences mensuelles dont les dates sont précisées dès le début de la Formation, par mail. Enfin, la formation est clôturée par un **examen écrit** d'une durée de 3 heures : il est envoyé par mail à la date précisée dès le début de la Formation. L'apprenant doit le retourner rempli 3 heures après. La correction sera communiquée dans les 10 jours qui suivent.

Modalités de validation : à l'issue du parcours de formation (contrôle continu, examen final écrit), le parcours de l'apprenant est étudié. Si les conditions sont réunies (qualité du contrôle continu et de l'examen écrit, note moyenne supérieure ou égale à 13/20), l'apprenant est reçu et reçoit sa Certification. Si la note moyenne est comprise entre 10 et 12/20, il y a un oral de rattrapage via zoom avec le formateur. Si la note est inférieure à 10/20, l'élève n'est pas reçu. S'il le souhaite, il peut postuler pour une nouvelle formation et repasser tous ses examens.

Délai d'accès : possibilité d'inscription jusqu'à la semaine précédant le début de la Formation. Tout retard peut être rattrapé selon les capacités de travail de la personne. Chaque Dossier est étudié.

Tarif : professionnel de santé en libéral ou en officine, coût de 3200 euros (pas de TVA). Possibilité de règlement en plusieurs fois. Professionnel de santé salarié, coût de 3500 euros (pas de TVA).

Moyens mobilisés : documents pédagogiques fournis par mail - ordinateur pour suivi des programmes de travail, échanges entre l'apprenant et le formateur, suivi des visio-conférences (plateforme zoom).

Accessibilité : toute personne présentant un handicap peut s'adresser au référent handicap afin que lui soit proposé un aménagement des conditions d'apprentissage adapté à son handicap.
Contact : Dr Laurence PLUMEY : laurence.plumey@ epm-nutrition.org

Document édité en Février 2025.

Dans le détail …..

Les objectifs de la Formation

Le Professionnel de Santé formé au Conseil en NAPSO – THERAPIE est capable d'auditer ses patients dans les trois domaines que sont la Nutrition, l'Activité Physique et le Sommeil, puis de corriger les erreurs de comportements afin d'améliorer leur état de santé. Il peut aussi s'engager, s'il le souhaite, **dans une dynamique de Santé Publique.**

Les compétences attendues …

Elles sont complémentaires car le champ d'investigation est large puisqu'il concerne l'Alimentation, l'Activité Physique et le Sommeil.

C1. Interroger le patient (adulte, enfant, adolescent, senior, personne âgée) y compris les personnes en situation de handicap, sur ses habitudes de vie, son comportement alimentaire, son niveau d'activité physique et la nature de son sommeil en s'appuyant sur des questionnaires validés (Nutrition, Activité Physique et Sommeil), afin d'obtenir une description précise de ses comportements.

C2. Réaliser un diagnostic (Nutrition, Activité Physique et Sommeil) en s'appuyant sur les recommandations inspirées des données de Santé Publique, afin d'identifier les erreurs de comportement dans ces trois domaines.

C3. Conseiller le patient dans les trois domaines (Nutrition, Activité Physique et Sommeil), et en tenant compte de ses habitudes de vie et de son contexte de santé y compris les spécificités des personnes en situation de handicap, afin de l'aider à optimiser ses comportements.

C4. Définir avec le patient un protocole d'accompagnement précisant la fréquence et les dates des rendez-vous à venir, pour encadrer et motiver la personne.

Les qualités requises …

- **Aimer apprendre et avoir un esprit de synthèse.**

Ce type de conseils nécessite l'acquisition de solides connaissances dans le domaine de la Nutrition, de l'Activité Physique et du Sommeil. Cette maîtrise des connaissances sera impérative pour savoir donner des conseils adaptés.

- **Avoir une bonne qualité d'écoute et être dans l'empathie.**

La pratique de ces conseils nécessite de bien comprendre avant de conseiller. Il faut donc savoir écouter et être dans le respect de l'autre. Pas de jugement, pas d'injonction ni de discours moralisant. Il ne s'agit pas d'imposer des comportements mais d'aider l'autre à changer les siens en lui faisant prendre conscience de son potentiel.

- **Avoir des qualités pédagogiques.**

La transmission du savoir est essentielle. Elle se fera lors des consultations mais aussi lors de Conférences en Entreprise. On ne peut en effet changer les comportements que lorsqu'ils sont bien compris dans leur finalité par la personne concernée.

Document édité en Février 2025.

- **Entretenir ses connaissances et développer son esprit critique**

La pratique du Conseil en NAPSO-THERAPIE nécessite d'entretenir et d'actualiser ses connaissances. Il existe, pour cela, chaque année des Journées d'Actualisation des Connaissances, dispensées par EPM NUTRITION.

A qui s'adresse cette Formation ?

Professions :

Médecins du Travail - Médecins Généralistes - Pédiatres - Médecins de PMI - Médecins du Sport - Infirmières de Santé au Travail - Infirmières libérales - Pharmacien(ne)s - Préparateurs en pharmacie - Diététicien(ne)s - Sage-femmes - Kinésithérapeutes.

Pré requis :

Diplôme de médecine (Générale ou de Spécialité type Pédiatrie, Sport, Médecine du Travail) Diplôme d'études pharmaceutiques – Diplômes : Infirmière, Diététicienne, Préparateur en pharmacie, Kinésithérapeute, Sage-femme.

La Formation en détail …

Cette Formation a été créée par l'Ecole EPM NUTRITION et sa fondatrice le Dr Laurence PLUMEY, médecin Nutritionniste, Praticien Hospitalier et Professeur de Nutrition. EPM NUTRITION est donc la seule Ecole à assurer cette Formation. L'Enseignement repose sur une base académique enseignée dans le milieu de la Nutrition Hospitalière. Il est donc fiable et sérieux. Il est le fruit d'un travail collaboratif avec les membres du Comité Scientifique.

Concernant la Formation :

- **Une Formation entièrement à distance**. L'apprenant peut suivre cette Formation depuis son domicile ou son lieu de travail. Il travaille le contenu des Dossiers qui lui ont été adressés par mails, en suivant le programme de travail qui lui est indiqué chaque mois. Il doit ensuite répondre aux questions du contrôle continu mensuel (e-learning minuté, noté et corrigé). Il assiste également aux visio-conférences programmées chaque mois par le formateur et d'une durée de 2 heures (de 18h à 20h). Le but de ces visioconférences est la révision et consolidation des acquis et la mise en pratique des conseils. Il peut par ailleurs interroger son formateur tout au long de la formation (mails, téléphone) s'il en ressent le besoin. Au terme des 9 mois de Formation, il passe son Examen Final à la date indiquée, à distance, sous forme d'un examen écrit de 3 heures. S'il répond aux critères exigés (note globale moyenne du contrôle continu et de l'examen écrit, supérieure ou égale à 13/20), il est reçu et reçoit sa Certification.
  Sinon, un oral de rattrapage est prévu (par zoom). L'élève peut aussi ne pas être accepté en oral de rattrapage si la note globale est trop mauvaise (moins de 10/20). Il sera alors invité à se représenter, s'il le souhaite, à une nouvelle promotion.

- **Un déroulé méthodique et encadrant**. L'apprenant a accès au matériel pédagogique de sa Formation dès le début de celle-ci, par mail. Ensuite, chaque mois, il reçoit un mail lui indiquant le travail personnel à effectuer dans ces Dossiers. A l'issue de ce travail, il devra répondre aux Questions d'un contrôle continu mensuel en e-learning.

  Durant son parcours, l'apprenant doit participer à des visio-conférences (une par mois). En cas d'absence, un lien replay lui sera adressé. Ces visio-conférences animées par le Dr Laurence PLUMEY permettent à l'apprenant d'entrer dans la pratique des entretiens et de partager ses questionnements et apprentissages avec les autres élèves de la Promotion. A l'issue des 9 mois de Formation, l'apprenant sera soumis à un Examen Final écrit d'une durée de 3 heures.

- **Une évaluation régulière et un examen final**. Au début de sa Formation, l'apprenant répond à un Questionnaire permettant d'évaluer son niveau de base (évaluation à T0). Ensuite, chaque mois, l'apprenant est soumis à un **contrôle continu en e-learning**. La fin de la Formation est sanctionnée par un **examen écrit de 3 heures** (adressé par mail à la date fixée). Au final, **son parcours de formation sera ensuite étudié par le Formateur qui statuera sur la délivrance de la Certification**, en fonction de certains critères (note globale intégrant le contrôle continu et l'examen écrit et devant être supérieure ou égale à 13/20). Oral de rattrapage possible, sous conditions.

Pour les élèves vivant à l'étranger, il est prévu des dérogations spéciales – à étudier au cas par cas. **Pour les élèves souffrant de handicap**, chaque cas sera étudié par le référent handicap. Contact : laurence.plumey@epm-nutrition.org

Le Programme de la Formation

Nutrition de l'Adulte :

Nutrition et Aliments : Connaissance des besoins nutritionnels (nutriments, minéraux, oligo-éléments, vitamines dont rôles, besoins, apports et sources, état des carences, recommandations). Connaissance des aliments et de leur composition nutritionnelle. Connaissance des risques de carences selon les modes alimentaires (végétarisme, véganisme, pratiques récurrentes du jeun, régimes cétogènes …).
Nutrition et Santé : Conseils nutritionnels adaptés en cas de pathologies : surpoids et obésité, place de la chirurgie bariatrique et des nouvelles incrétines, analyse critique des différents types de régimes, troubles du comportement alimentaire, maigreur constitutionnelle et anorexie mentale, dyslipidémies, diabète, HTA et autres maladies cardio-vasculaires, pathologies digestives (gastrites, hépatites, pancréatites, colopathie fonctionnelle, constipation, diarrhées), fatigue (organique et fonctionnelle), allergies alimentaires et intolérances, ostéoporose, cancers en prévention primaire et secondaire (gestion des effets secondaires lors de la chimiothérapie et autres traitements).

Nutrition de la Femme :

Les besoins nutritionnels spécifiques de la Femme. Erreurs de comportement alimentaire les plus courantes et les corrections à y apporter. Les carences chez la femme : comment les dépister et quels conseils nutritionnels donner pour les corriger. Place des compléments alimentaires. Surpoids et obésité : conduite à tenir sur le plan nutrition, activité physique et sommeil, indications et contre-indications des différents traitements de l'obésité (chirurgie, médicaments, compléments alimentaires – analyse critique). Fertilité et Nutrition. Grossesse et Nutrition. Modes alimentaires et risques de carences durant la grossesse. Conduite à tenir en cas de pratique de régimes spéciaux, de véganisme, de végétarisme. Le diabète gestationnel : conseils et suivi. Prise de poids excessive durant la grossesse et conseils adaptés. Allaitement et Nutrition. Le cas particulier de la consommation d'alcool, de tabac, de drogue durant la grossesse et l'allaitement. Pathologies de la Femme et conseils adaptés (maladies métaboliques et cardio-vasculaires, pathologies digestives). La ménopause et ses effets secondaires. Prise de poids de la femme ménopausée.

Nutrition de l'Enfant et de l'Adolescent :

Besoins nutritionnels spécifiques du nourrisson, de l'enfant et de l'adolescent. Laits infantiles : composition, analyse critique et indications. Diversification alimentation (repères et erreurs les plus courantes). Troubles digestifs du nourrisson. Le jeune enfant et les règles d'équilibre alimentaire. Erreurs de comportements alimentaires des parents les plus courantes : conseils à donner selon les différents cas de figure. Idées reçues sur les aliments et réponses à y apporter. Fatigue de l'enfant. Prévention et gestion du surpoids et de l'obésité de l'enfant et de l'adolescent : causes, conséquences, conduite à tenir. Pathologies pédiatriques et conseils adaptés : diabète de type 1 – hypercholestérolémie familiale – syndrome néphrotique – troubles digestifs – dénutrition de l'enfant. Corticothérapie et conseils nutritionnels.

Nutrition du Senior et de la Personne âgée :

Physiologie du vieillissement et besoins spécifiques liés au vieillissement. Sarcopénie du sujet âgé : diagnostic, conséquences, conduite à tenir. La perte de poids du sujet âgé : causes, conséquences et conduite à tenir. La dénutrition du sujet âgé : diagnostic, causes, prise en charge nutritionnelle. Les suppléments nutritionnels oraux : indications et mode d'emploi. Pathologies du sujet âgé et conseils adaptés : diabète, HTA, maladies cardio-vasculaires, surpoids et obésité. Pathologies digestives du sujet âgé : constipation, colopathie fonctionnelle, pathologies de type MICI. Pathologies cognitives : prévention et gestion de la maladie de Parkinson et de la maladie d'Alzheimer. Impact de l'alimentation, de l'activité physique et du sommeil. Prévention-gestion de l'ostéoporose et du risque fracturaire : importance du conseil nutritionnel et de l'activité physique.

Activité Physique, Sport et Santé :

Physiologie de l'effort physique. Impact de la sédentarité sur la santé et à contrario de l'activité physique et du sport. Rôles des différents nutriments (protéines, lipides, glucides), minéraux et vitamines dans l'effort musculaire. Recommandations d'usage en fonction des différents types de sport. Recommandations de pratique d'APA et de sport selon les contextes de santé : surpoids, diabète, HTA, maladies cardio-vasculaires,

maladies respiratoires (BPCO). Pratique sportive et santé : les conseils en Nutrition mais aussi concernant le sommeil. Les compléments nutritionnels dédiés aux sportifs : analyse critique. Les pathologies liées au sport et les conseils adaptés.

Sommeil et Santé :

Les caractéristiques physiologiques du sommeil : les différents cycles du sommeil et leurs rôles sur la santé. L'horloge biologique et la pression du sommeil : l'influence des facteurs environnementaux sur la qualité du sommeil (alimentation et activité physique). Les troubles du sommeil chez l'enfant et chez l'adolescent – les troubles du sommeil chez le sujet âgé. Manque de sommeil : causes, conséquences et conseils adaptés. Insomnies : causes, conséquences et conseils adaptés. Les apnées du sommeil : causes, conséquences, diagnostic et conduite à tenir. Narcolepsie : physiopathologie, diagnostic, prise en charge. Le syndrome des jambes lourdes : hypothèses de causes, traitement. Pathologies et troubles du sommeil (en cardiologie, en neurologie, en pneumologie, en psychiatrie). Les compléments alimentaires et médicaments du sommeil : indications et contre-indications.

Les débouchés professionnels …

Le professionnel de santé formé au Conseil en NAPSO-THERAPIE peut exercer dans de multiples conditions en complément de sa Formation initiale de professionnel de santé (médecins, infirmières, pharmaciens, diététiciennes, kinésithérapeutes).

- En libéral dans le cadre de ses consultations
- En structure spécialisée en collaboration avec d'autres professionnels de santé, au titre de la Prévention primaire et secondaire (établissements hospitaliers, centres médicaux, pharmacies, maternités)
- Dans le cadre d'Associations de Prévention, en collaboration avec des Agences Régionales de Santé
- Dans les Centres Sportifs dans le cadre de l'APA (Activité Physique Adaptée)
- Dans les Etablissements publics et privés de type EHPAD
- En Entreprise, en animant des Conférences et Ateliers de sensibilisation destinés aux salariés et portant sur l'Alimentation, l'Activité Physique et le Sommeil.

Ce qu'ils en ont pensé …

Marie France GRIFFE, Infirmière Prévention. Juillet 2024.
« C'est vraiment une belle découverte que cette formation de NAPSO-THERAPIE. J'ai tout de suite compris qu'elle correspondait à mes attentes par sa richesse et sa diversité. C'est une formation très approfondie et le Dr Plumey est très pédagogue, très accessible, très disponible. Son enseignement est à la fois clair et complet. Je me suis sentie en confiance et au bon endroit ».

Florine GRISARD, Diététicienne. Janvier 2025.
« En tant que Diététicienne, cette formation m'a permis de compléter et d'enrichir mes connaissances dans le domaine de la nutrition, de l'activité physique et du sommeil. Les explications et les conseils pratiques sont facilement intégrables dans le quotidien professionnel. Riche et complète, je recommande cette formation ».

Document édité en Février 2025.

Laurence AURIENG, Diététicienne. Octobre 2024.
« Je pense que cette nouvelle profession de Conseil en NAPSO-THERAPIE est utile et plus que nécessaire dans un cadre préventif. Peu de personnes connaissent cette formation, tout simplement parce qu'elle est récente. Je pense qu'il faut multiplier les campagnes d'information autour de cette nouvelle spécialité, auprès des acteurs santé (coach sportif, infirmière, diététicien, médecin, etc.), mais également proposer cette formation aux éducateurs scolaires dans le but de sensibiliser les adultes de demain, qui ne sont tout simplement que les enfants et adolescents d'aujourd'hui ».

Caroline COUSIN. Kinésithérapeute. Janvier 2025.
« La NAPSO-THERAPIE m'est d'une aide très précieuse dans la prise en charge de mes patients, c'est une plus-value certaine en kinésithérapie. Elle permet une prise ne charge globale de l'individu, de corriger les écueils ou les excès tant alimentaires, que sportifs ou en terme de sommeil. Je l'utilise en complément de ma prise en charge kiné ou seule, pour les personnes qui veulent juste faire un bilan sur la qualité de leur nutrition, de leur sommeil ou de leur activité physique. C'est une corde de plus à mon arc. Et à titre perso elle m'a beaucoup enrichie. Un grand merci pour cela. »

Dr Patrizia THIRY. Directrice Générale, Médecin du Travail. ASTF, Luxembourg. Janvier 2025.
« Cette formation m'a permis de consolider mes connaissances en Nutrition, Activité Physique et Sommeil et à renforcer le lien entre médecin et patient dans le but d'amener le patient à la prise en charge responsable et engagée de sa propre santé. Ce sont des sujets qui ne sont pas assez abordés pendant l'enseignement de la médecine et qui ont une valeur inestimable en prévention. »

Dr Sandrine Tomasini, Médecin du Travail, Janvier 2025
J'exerce comme médecin du travail et dans le cadre de mon métier, je reçois des patients en épuisement qui ne prennent pas soin de leur santé. Dans ce cadre durant les consultations, je parle avec eux sur leur sommeil et leur nutrition et les encourage à être actif. Grâce à la formation en napsothérapie, j'ai pu renforcer mes compétences afin de conseiller au mieux mes patients.
Le Dr Plumey parvient à transmettre sa passion et la formation est très enrichissante, approfondie et sérieuse. Je recommande vraiment cette formation qui est un atout pour proposer au patient des conseils ciblés en matière de nutrition, sommeil et activité physique. »

Daniel GIESI, Infirmier libéral. Janvier 2025.
« Infirmier libéral depuis 2001, je suis en constante recherche d'évolution. Ainsi, je me suis formé à la médecine chinoise et à la naturopathie. La nutrition est très importante dans l'ensemble de mes formations. J'avais déjà suivi une première formation en 2018 avec le Dr Laurence Plumey et j'ai beaucoup apprécié sa pédagogie et son dynamisme. Ce que j'ai bien sûr retrouvé dans la formation de NAPSO-THERAPIE. Le contenu de cette formation est très accessible aux infirmiers. Les plus : la formation est très complète, les informations sont constamment ré-actualisées en tenant compte des dernières recherches, et, malgré la formation à distance, le Dr Laurence Plumey est très présente et à l'écoute de ses apprenants. Aujourdhui, je peux réinvestir tous les bons conseils reçus dans cette formation dans mon activité professionnelle. »

Mme Stéphanie LALOUM, Préparatrice en pharmacie, Cavaillon – 2023
« La Formation de Conseil en NAPSO-THERAPIE m'a permis d'acquérir les connaissances nécessaires en Nutrition, Sport et Sommeil afin de pouvoir répondre dans le cadre de la prévention santé à des problématiques rencontrées par les patients de l'officine dans laquelle j'exerce. En effet, étant préparatrice en pharmacie, mon cursus de formation ne comprenait pas de cours consacré à ces trois thématiques. Or, en Officine, cette demande de conseils aussi bien sur l'alimentation que sur le sommeil est en progression constante. Grâce à cette Formation, j'ai pu apprendre beaucoup de notions essentielles dans ces trois domaines, la façon de questionner et d'analyser les réponses, pour

ensuite donner des conseils adaptés. Je suis donc beaucoup plus efficace en tant qu'acteur de prévention. »

Dr Florence BRAMI, Médecin Hospitalier. Avril 2023.
« Je suis médecin et j'ai suivi cette Formation passionnante qui m'a été très utile au quotidien. Donner des conseils fiables, savoir expliquer, argumenter et enfin convaincre d'adopter une meilleure façon de s'alimenter est très gratifiant ! ».

Anne Marie DROUGARD, Infirmière libérale. Mai 2023. « Infirmière de formation et convaincue que la prévention devrait occuper une place prépondérante dans ma profession, la Formation de Conseil en NAPSO-THERAPIE m'a paru comme une évidence. Très riche et complète, je la conseille vraiment ».

Les réponses à vos questions …

1. **Cette Formation n'est pas encore connue. Comment se valoriser** ? En précisant qu'en plus de votre Métier de Professionnel de Santé, vous avez la capacité de conseiller et sensibiliser dans le Domaine de la Nutrition, de l'Activité Physique et du Sommeil, vous répondez à une attente et à un besoin légitime de la part de vos patients. Le profil de vos compétences est donc clair, en attendant que le terme de NAPSO-THERAPIE se fasse connaitre davantage.

2. **Une fois que l'on est formé en NAPSO-THERAPIE, sommes-nous aidés dans notre activité professionnelle ?** Oui, car nous serons toujours à vos côtés pour vous aider à être encore plus efficace pendant vos consultations, grâce à des outils d'aide à la consultation (questionnaires, fiches conseil, fiches de suivi …).

3. **Quels sont les principaux débouchés ?** Ils sont multiples car la Formation concerne toutes les catégories de population, de l'enfant, adolescent, adulte, senior … à la personne âgée, en passant par le sportif. Vous pouvez donc intervenir aussi bien en libéral que dans les entreprises et autres endroits où les actions de sensibilisation et d'éducation à la santé sont utiles. Mais étant professionnel de santé vous pourrez intégrer vos conseils en Nutrition – Activité et Sommeil auprès de vos patients, tant en Prévention Primaire qu'en Prévention secondaire.

4. **En quoi cette Formation est nouvelle ?** La NAPSO-THERAPIE a ceci de novateur qu'elle associe les trois comportements clés de la santé en une seule approche car ils sont liés entre eux. Un exemple simple : on ne peut pas réussir à faire maigrir si on s'intéresse uniquement au comportement alimentaire et à l'activité physique – car tout repose sur le sommeil. Un sommeil de mauvaise qualité et/ou insuffisant entraine une fatigue suffisante pour rendre impossible la pratique d'une activité physique/sportive régulière – et augmente les compulsions sucrées rendant impossible le suivi des conseils nutritionnels. Il en est de même pour l'approche de la plupart des pathologies. Les professionnels de santé doivent compléter l'approche allopathique, et même l'anticiper, par le conseil dans ces trois comportements. C'est essentiel !

Document édité en Février 2025.

Formulaire d'inscription

Veuillez remplir ce formulaire pour vous inscrire à la Formation.

Nom : ..... Prénom : .....

Date de naissance : ...../...../.....

Adresse :
.....

Code postal : ..... Ville : .....

E-mail :
.....

Numéro de téléphone : .....

Situation actuelle :
.....

Pour une inscription à la formation de Conseil en NAPSO-THERAPIE de la Promotion
03 Avril 2025 au 11 Décembre 2025
02 Octobre 2025 au 11 Juin 2026

- Montant :
  - Profession libérale : 3200 € (exonération de TVA au titre de la formation)
  - Profession salariée : 3500 € (exonération de TVA au titre de la formation)
- Règlement par virement à l'ordre d'EPM NUTRITION.

Veuillez retourner ce formulaire ainsi que votre règlement à l'ordre de
EPM Nutrition, à l'adresse ou aux coordonnées suivantes :

EPM Nutrition, 11 avenue des Vignes – 92 210 SAINT CLOUD.
Contact : 06 81 59 03 59
formation@epm-nutrition.org

Document édité en Février 2025.

Conditions Générales de Vente

Définies selon l'article L.441-6 du Code de commerce, elles prévoient les conditions de vente, le barème des prix unitaires, les réductions de prix, les conditions de règlement et les pénalités de retard.

1. Les conditions de vente.

A la réception de la demande d'inscription, il est établi un Contrat de Formation ou une Convention de Formation entre l'organisme EPM NUTRITION et l'apprenant ou l'Entreprise. Ce Contrat ou cette Convention stipule l'objet du Contrat ou de la Convention (Intitulé de la Formation, Objectif, Programme, Méthode, Durée, Evaluation), l'effectif formé, les dispositions financières, les modalités de règlement, les contextes de dédit ou abandon et la protection du contenu des documents. Le Contrat de Formation précise, en plus, le délai de rétractation.

Concernant les particuliers :
En plus du Contrat de Formation, la facture à acquitter est également adressée. Le règlement doit en être effectué dans les 30 jours. A réception du règlement, par chèque ou par virement bancaire, l'organisme EPM NUTRITION adressera une facture acquittée à l'apprenant et s'engage à lui rendre disponible le contenu de la Formation sur l'intranet, puis chaque mois à recevoir les programmes de travail mensuels ainsi que les liens zoom dans les 2 jours précédant les visioconférences prévues. L'apprenant sera également averti, dès le début de la Formation, de la date de l'examen final écrit.

Concernant les Entreprises :
Si le choix est fait de régler la Formation à service fait, ceci sera mentionné dans la Convention signée entre l'organisme EPM NUTRITION et l'Entreprise pour son ou ses salariés. Sur la foi de l'Attestation de présence et de Formation, l'Entreprise s'engagera à régler dans les 30 jours, la facture qui lui sera adressée à service fait. Faute de quoi, des pénalités de retard pourront être appliquées selon les termes de la Convention.

2. Le barème des prix unitaires.

Celui-ci est stipulé sur le bulletin d'inscription et sur la Convention et le Contrat de Formation. Il précise le coût de la Formation à distance sur 9 mois, pour un particulier ou un salarié. Les tarifs sont indiqués en H.T car le taux de TVA ne s'applique pas, au motif de la Formation continue.

L'organisme EPM NUTRITION, se réserve le droit de modifier ses tarifs d'une année sur l'autre, mais ceci sera toujours indiqué sur les programmes de Formation. Par ailleurs, aucune augmentation ne sera applicable sur une Formation en cours.

Document édité en Février 2025.

3. Les réductions de prix.

Si l'apprenant souhaite, en plus de sa Formation de Conseil en NAPSO-THERAPIE, s'inscrire à des Journées de Formation complémentaires, un forfait peut alors être décidé par l'organisme EPM NUTRITION, au prorata du nombre de journées concernées. Ainsi, 3 ou 4 journées de Formation peuvent bénéficier d'une réduction de 10% sur le montant global. Ceci est indiqué dans le coût global figurant sur la Convention ou le Contrat de Formation et le Programme des Formations. Seul l'organisme est à même de décider de ce montant forfaitaire. En aucun cas un apprenant ne peut réclamer une remise ou réduction s'il était amené à rencontrer des difficultés dans son apprentissage.

4. Les conditions de règlement et pénalités de retard.

Le règlement peut être effectué par chèque ou par virement, à l'ordre d'EPM Nutrition. Il le sera à réception de la facture, dans un délai de 30 jours. Au-delà de ce délai, des pénalités de retard peuvent être appliquées ; les sommes dues porteront intérêt au taux légal majoré de 50% à compter de la date d'échéance.

En cas de règlement fractionné en plusieurs chèques ou plusieurs virements bancaires, l'apprenant s'engage expressément à autoriser le débit mensuel des chèques qu'il a fourni, à échéance du 15 de chaque mois. Concernant les virements bancaires, l'apprenant s'engage à les effectuer selon l'accord passé avec EPM Nutrition, au 15 de chaque mois. Un retard de 15 jours ou plus, expose l'apprenant à l'application de pénalités de retard. Les sommes dues porteront intérêt au taux légal majoré de 50% à compter de la date d'échéance.

5. Annulation de la Formation.

Si l'élève décide d'arrêter sa Formation alors que celle-ci a commencé, il ne peut en aucun cas demander à être remboursé. De même, s'il s'était engagé à régler sa Formation en plusieurs mensualités (par chèques ou par virements), il ne doit en aucun cas bloquer les dépôts de chèques ou les virements prévus. Toute formation débutée est due. Toutefois, si pour des raisons de santé, l'élève n'a pas pu suivre la Formation, tout en étant dans l'obligation de l'avoir réglée, il a la possibilité – avec l'accord de l'organisme EPM Nutrition- de se ré-inscrire à la Promotion suivante.

6. Confidentialité et reproduction des documents.

Tout au long de la Formation, l'apprenant a accès, par mail, à des documents de types vidéos, présentations power point et documents pédagogiques. Ces documents sont strictement personnels et dédiés à sa Formation. Il ne doit en aucun cas les utiliser pour en faire un usage commercial ou les partager avec d'autres personnes pour leur permettre de se former. Ceci est valable pendant et après la Formation, sans durée limitée.

Document édité en Février 2025.