



**CCMP**  
Cabinet Conseil en  
& Micronutrition  
& Psychonutrition

 Format E-Learning

### Public concerné

- Docteur en Médecine (médecin généraliste et spécialiste)
- Docteur en Pharmacie
- Docteur en chirurgie dentaire
- Sage-femme
- Kinésithérapeute
- Ostéopathe
- Infirmier
- Diététicienne-nutritionniste
- Préparateur en pharmacie
- Mais aussi tout professionnel étant amené à prendre en charge des individus exposés au stress. Néanmoins, il faut savoir que le niveau exigé en biochimie, physiologie est élevé et qu'une formation de base en Micronutrition préalable est souhaitable afin de pouvoir suivre cette formation.



## PACK ELEARNING Accompagnement des différentes phases du stress

Le stress est un des plus grands fléaux de nos sociétés modernes, qu'il soit aigu répété, chronique, mal géré, il a des répercussions biologiques indiscutables à la fois sur la fonctionnalité surrénalienne mais aussi à distance pouvant être une des causes des troubles du sommeil, métaboliques, immuno-inflammatoires, thyroïdiens et bien d'autres.

### Prérequis

Il n'y a pas de formation de base obligatoire, néanmoins il est toujours préférable d'avoir des connaissances de base en micronutrition afin de pouvoir suivre plus aisément tous les points abordés au cours de cette journée de formation.



Une vidéo pour  
chaque module, pour  
une durée de  
visionnage de plus de  
11 h 00

Cette formation se veut la plus pratico-pratique possible afin que vous puissiez appliquer l'ensemble des concepts abordés dès le lendemain dans vos consultations de micronutrition.

En suivant cette formation privée, vous avez également l'autorisation de vous inspirer ou de reproduire à l'identique tous les supports pratiques présentés.

Si cela vous semble trop fastidieux et vous demande du temps que vous n'avez pas, vous avez aussi la possibilité de vous procurer le pack outils dans lequel vous retrouverez tous les supports neutres que vous pourrez personnaliser avec vos logo / nom / prénom.

En achetant ce pack elearning, vous bénéficiez automatiquement d'une remise de 20% sur ce pack outils.

J'ai hâte de vous retrouver au cœur de cette formation qui allie science, passion et pédagogie.



### Dans ce pack elearning vous retrouverez :

Un QUIZ 2.0 de 40 questions à réaliser avant et après formation pour évaluer vos connaissances.

Un support de cours consultable depuis votre espace personnel au format PDF contenant plus de 250 pages dont le programme est le suivant :

- MODULE 1 : INTRODUCTION : STRESS ANCESTRAL VS STRESS MODERNE
- MODULE 2 : PHYSIOLOGIE DU STRESS
- MODULE 3 : PHYSIOPATHOLOGIE DU STRESS
- MODULE 4 : EVALUATION CLINIQUE ET BIOLOGIQUE DES DIFFERENTES PHASES DU STRESS
- MODULE 5 : PRISE EN CHARGE DES DIFFERENTES PHASES DU STRESS: BURN-IN / BURN-OUT
- MODULE 6 : PRISE EN CHARGE SYSTEMIQUE
- MODULE 7 : PRISE EN CHARGE INTEGRATIVE : ASSIETTE / TETE / BASKET
  - MODULE 7A : NUTRITION : QUELLES RECOMMANDATIONS ?
  - MODULE 7B : ACTIVITÉS PHYSIQUES
  - MODULE 7C : APPROCHES PSYCHOLOGIQUES : QUELS OUTILS UTILISÉS ?
- MODULE 8 : MINI CAS CLINIQUES
- MODULE 9 : CAS CLINIQUE DE NOTRE EXPERT / DR STÉPHANE RESIMONT MD ET Q&A
- MODULE 10 : CORRECTION DU QUIZ 2.0

Au plaisir de vous retrouver au sein de la Team de La Micronutrition 2.0



### Anne LUCAS - PharmD

Docteur en Pharmacie  
Biologie d'Investigation Préventive  
Micronutrition & Psychonutrition  
[www.lamicronutrition2point0.com](http://www.lamicronutrition2point0.com)

✉ [assistant@lamicronutrition2point0.com](mailto:assistant@lamicronutrition2point0.com)

🌐 [www.lamicronutrition2point0.com](http://www.lamicronutrition2point0.com)

