



## MODULE 2 : MICRONUTRITION - BASES FONDAMENTALES

|         | JOUR 1 : DEFICITS ET TROUBLES FONCTIONNELS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | JOUR 2 : CONSEILS DE BASE EN MICRONUTRITION                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 9H-12H  | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <b>Micronutrition: contexte actuel</b></li> <li>▪ <b>Définition de la micronutrition</b></li> <li>▪ <b>Stratégie de conseil en pharmacie d'officine</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Conseil au comptoir</li> <li>✓ Conseil individualisé</li> </ul> </li> <li>▪ <b>Nécessité de complémentation</b></li> <li>▪ <b>Le point sur les besoins :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ AJR/VNR</li> <li>✓ ANC</li> <li>✓ Apports optimaux</li> <li>✓ Courbe de la fonctionnalité</li> </ul> </li> <li>▪ <b>Rappels: nutriments et micronutriments</b></li> <li>▪ <b>Les groupes à risque de déficit</b></li> <li>▪ <b>Zoom sur les acides aminés</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <b>Sphère intestinale</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Probiotiques</li> <li>✓ Fibres prébiotiques/</li> <li>✓ Symbiotiques</li> <li>✓ Glutamine</li> <li>✓ Situations de conseils simples au comptoir</li> <li>✓ Complémentation des ordonnances <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Antibiothérapies adultes et enfants</li> <li>○ Colopathie fonctionnelle</li> <li>○ Mycoses</li> <li>○ Dermatite atopique</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>▪ <b>Stress oxydatif :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Définition</li> <li>✓ Antioxydants généralistes et ciblés</li> <li>✓ Modulateurs des HSP</li> <li>✓ Situation de conseils</li> </ul> </li> </ul>                        |
| 14H-17H | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <b>Gestion de la fatigue et des troubles immunitaires</b></li> <li>▪ <b>Vitamines</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Sources alimentaires</li> <li>✓ Besoins</li> <li>✓ Rôles</li> <li>✓ Naturalité et synthèse</li> </ul> </li> <li>▪ <b>Minéraux</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Sources alimentaires</li> <li>✓ Besoins</li> <li>✓ Rôles</li> <li>✓ Tolérance des sels minéraux</li> <li>✓ Zoom sur le magnésium</li> <li>✓ Zoom sur le fer</li> </ul> </li> </ul>                                                                                                                                                                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <b>Sphère membranaire et acides gras</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Physiologie des membranes</li> <li>✓ Rappels sur l'inflammation</li> <li>✓ Troubles fonctionnels Peau / Cerveau / circulation</li> <li>✓ Situations de conseils <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Oméga 3, 6, cocktails oméga</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>▪ <b>Sphère neurologique : précurseurs de neurotransmetteurs :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Rappels sur les neurotransmetteurs</li> <li>✓ Conseil des acides aminés précurseurs : tyrosine, tryptophane, alpha azosépine, alpha lactalbumine</li> <li>✓ Zoom sur la mélatonine</li> <li>✓ Zoom sur le lithium</li> </ul> </li> </ul> |
| 17H     | QCM et discussion                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | QCM et discussion                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |



## Fiche de synthèse Module 2 : Micronutrition

|                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Nom du module                                        | <b>Module 2 : Micronutrition</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Moyens humains                                       | Nicolas Angelloz-Nicoud, responsable pédagogique et formateur<br>Docteur en Pharmacie d'Officine<br>Directeur de l'organisme de formation A2N Consulting                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Contact                                              | A2N Consulting<br>14 rue de l'ancien champ de Mars 38000 Grenoble<br>Tél. : 04 38 86 41 54<br>Mob. : 06 33 73 32 39<br>Mail : <a href="mailto:a2n-consulting@hotmail.fr">a2n-consulting@hotmail.fr</a><br><a href="https://a2n-consulting.com/">https://a2n-consulting.com/</a>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Accessibilité des personnes en situation de handicap | Notre politique d'accessibilité est consultable sur le site <a href="https://a2n-consulting.com/">https://a2n-consulting.com/</a> dans la rubrique « Plus d'informations / Politique d'accessibilité des PSH »<br><br>Les formations A2N sont organisées dans des hôtels dont les normes d'accueil permettent l'accès aux personnes à mobilité réduite. Pour tout autre type de handicap, nous contacter afin d'étudier l'adaptation des modalités pédagogiques dans la mesure des ressources disponibles                                                                                                                                                              |
| Durée                                                | 2 journées de 7 heures. 14 heures au total                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Coût de la formation                                 | 804 € TTC                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Prérequis                                            | Être pharmacien / pharmacienne titulaire (ou gérant / gérante)<br>Être Pharmacien salarié de la répartition<br>Être salarié de l'officine, en C.D.D ou C.D.I : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pharmacien adjoint diplômé, pharmacienne adjointe diplômée</li> <li>• Etudiant, étudiante en pharmacie (6<sup>ème</sup> année en cours ou validée)</li> <li>• Préparateur, préparatrice</li> <li>• Autre salarié de l'officine</li> </ul> Commerciaux des laboratoires de micronutrition<br>Candidat libre : être pharmacien ou préparateur<br><br>Cette formation est un module de bases fondamentales. Effectuer ce module après le Module 1 serait un plus. |



|                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Modalités et délai d'accès       | <p>Les formations ont lieu en mode présentiel.</p> <p>Pour s'inscrire, créer son compte et passer commande sur le site internet <a href="https://a2n-consulting.com/">https://a2n-consulting.com/</a> ou envoyer le bulletin d'inscription (téléchargeable sur le site) par mail</p> <p>Délai d'accès : voir le calendrier sur notre site</p> <p>Délai d'inscription : une semaine avant la date de la session</p> <p>Contactez A2N Consulting 06 33 73 32 39 en dehors du délai.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Nombre de stagiaires par session | <p>Minimum : 7</p> <p>Maximum : 30</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Objectifs pédagogiques           | <p><b>Objectifs de la formation :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pouvoir donner des conseils micronutritionnels auprès de la clientèle officinale</li> <li>• Pouvoir développer un espace de vente de compléments alimentaires si la structure officinale le permet</li> </ul> <p><b>Acquis de la formation :</b> à l'issue de cette formation, le stagiaire aura acquis les connaissances et compétences nécessaires au conseils :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Des groupes à risque de déficit.</li> <li>• A la gestion de la fatigue</li> <li>• Des compléments à base de vitamines</li> <li>• Des compléments à base de fer</li> <li>• Des compléments à base de magnésium</li> <li>• Des compléments riches en probiotiques</li> <li>• Des compléments anti-oxydants généralistes</li> <li>• Des compléments riches en acides gras</li> <li>• Des compléments à base de tryptophane</li> <li>• Des compléments à base de tyrosine</li> </ul> |
| Méthodes mobilisées              | <p>Les formations sont organisées en mode présentiel</p> <p>L'enseignement est délivré sous la forme d'un cours magistral, ponctué d'échanges fréquents avec l'auditoire sous la forme :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• D'interrogations directes de l'auditoire</li> <li>• D'interrogations directes individuelles : questions posées directement ou par tirage au sort par le biais d'une enveloppe contenant les noms des stagiaires.</li> <li>• De commentaires de diapositives projetées, individuels ou groupés</li> <li>• De QUIZZ vigilance individuels ou groupés</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Moyens mobilisés                 | <p>Les formations ont lieu dans des salles de conférence adaptées (hôtels, centres de congrès).</p> <p>Le formateur dispose de son propre matériel de formation et du matériel fourni par l'établissement (ordinateur portable, vidéoprojecteur, microphone, amplificateur, enceinte, paper-board, écran, papier, stylos)</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |



# A2N Consulting

|                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Modalités d'évaluation | <ul style="list-style-type: none"><li>• Etape 1 Auto-évaluation avant la formation</li><li>• Etape 2 Auto-évaluation en fin de formation</li><li>• Quizz vigilance et QCM durant la formation (QCM d'évaluation à chaud)</li><li>• QCM à froid et réponses</li><li>• Etape 3 Evaluation de l'amélioration des pratiques</li><li>• Questionnaire d'évaluation de la formation</li><li>• Enquête annuelle</li></ul> |
|------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|