

# les nouvelles esthétiques

**7 AVENUE STEPHANE MALLARME  
75017 PARIS  
SIRET 59200583900010**

## **PROGRAMME FORMATION**

**Date : Lundi 22 septembre 2025**

**Formateur : Dominique Demenus**

Fondateur et Gérant du Centre Expert Minceur Sanoa, Formateur, Coach Expert Minceur, Consultant spécialisé dans l'accompagnement minceur, Créateur de protocoles, Coach sportif BE, Professeur de fitness et de squash, Préparateur physique.

**Titre : Les fondamentaux de la nutrition**

**Durée : 1 jour • 7 heures**

**Type de formation : Présentiel collectif**

## **Descriptif du protocole - Objectifs**

Boostez l'efficacité de vos soins minceur grâce à une alimentation adaptée !

Cette formation vise à vous donner une compréhension approfondie des principes fondamentaux de la nutrition, spécifiquement en ce qui concerne la gestion du poids et les soins minceur. Elle vous permettra d'améliorer vos connaissances nutritionnelles pour mieux conseiller vos clients et optimiser vos résultats. En intégrant ces compétences, vous pourrez offrir des conseils nutritionnels personnalisés, améliorant ainsi la prise en charge de vos clients et renforçant votre profil professionnel dans le domaine compétitif de l'esthétique. La formation inclut des présentations théoriques, des discussions interactives, des études de cas et des ateliers pratiques pour une application concrète des connaissances acquises.

### Objectifs de la formation :

- Acquérir une compréhension approfondie des principes de base de la nutrition et de leur application spécifique aux soins minceur.
- Développer sa capacité à conseiller de manière personnalisée les clients sur l'alimentation en lien avec les traitements minceur, pour optimiser les résultats.
- Maîtriser les stratégies pratiques et les outils nécessaires pour intégrer efficacement les recommandations nutritionnelles dans les protocoles de soins minceur, afin d'améliorer la satisfaction et les résultats des clients.

### **Objectifs pédagogiques**

- Elargir ses connaissances en nutrition.
- Conseiller et accompagner ses clients.
- Développer ses compétences dans le domaine de la minceur.

### **Public et pré-requis**

Aucun prérequis n'est nécessaire. Cette formation est accessible aux professionnels de l'esthétique, de la beauté et du bien-être, aux professionnels de santé, ainsi qu'aux personnes en réorientation professionnelle.

### **Déroulement pédagogique**

Accueil des stagiaires

Présentation du programme

Introduction à la nutrition et aux nutriments essentiels

o Définition de la nutrition

o Les six catégories de nutriments essentiels : glucides, protéines, lipides, vitamines, minéraux, eau

o Importance des nutriments pour la santé

Les Macronutriments et leur rôle dans l'équilibre alimentaire

o Les glucides : sources, types (simples vs complexes), rôle énergétique

o Les protéines : sources animales et végétales, fonctions dans le corps

o Les lipides : types (saturés, insaturés), rôle dans la santé

o Questions-réponses

## Micronutriments et Métabolisme

- o Les vitamines : classification, sources, importance pour le métabolisme
- o Les minéraux : types, fonctions, besoins quotidiens
- o Impact des carences en micronutriments sur la santé
- o Présentation théorique
- o Discussion de groupe

## Equilibre alimentaire et régimes courants

- o Principes de l'équilibre alimentaire
- o Les « régimes » actuels : bons ou mauvais ?
- o Conseils pratiques pour une alimentation saine et durable

- o Ateliers pratiques

Questions-réponses avec les stagiaires.

Conclusion.

Evaluation individuelle des acquis, débriefing général

Remise des attestations

## **Modalités techniques et pédagogiques**

La formation est théorique.

Présentation sur vidéo projecteur (power point), animation interactive et participative.

Remise d'un support de formation.

Mise en situation individuelle.

## **Suivi et moyens d'évaluation**

Une grille d'évaluation individuelle permet d'évaluer chaque stagiaire en préalable de l'entrée et en fin de formation.

Des échanges tout au long de la formation ainsi qu'une mise en situation individuelle en fin de formation permettent par ailleurs de valider l'acquisition des compétences du stagiaire.

Une attestation de suivi de formation est remise à chaque stagiaire en fin de formation.

## **Indicateurs de résultats**

En raison de sa nouveauté, il n'existe pas encore de taux de satisfaction.

## **Tarif**

Le prix de la formation est de 250 €.

### Le tarif indiqué comprend :

- La formation de 7 heures
- La délivrance d'une attestation de formation en fin de formation
- La remise d'un support papier.

Le petit déjeuner vous est offert. Le déjeuner reste à votre charge.

## **Inscription / Financement**

Cette formation peut faire l'objet d'une prise en charge intégrale ou partielle auprès des organismes collecteurs auxquels vous cotisez annuellement : FAFCEA, AFDAS, AGEFICE, FORMIRIS, OPCO EP, FAFIH, FIF PL...

## **Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 11 75 53507 75.**

**Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat.**

Pour faciliter le financement de votre formation, un paiement en 2, 3 ou 4 fois (sans frais) est possible sur simple demande. Contactez Alexandra au 01 43 80 71 21 pour plus d'informations.

Pour recevoir un bulletin d'inscription, contactez Alexandra par email : [alexandra@nouvelles-esthetiques.com](mailto:alexandra@nouvelles-esthetiques.com)

### Pour régler votre formation :

- Paiement en ligne par carte bancaire – 100 % sécurisé.
- Paiement par chèque, accompagné du bulletin d'inscription dûment complété.
- Paiement par virement. Pour recevoir notre RIB IBAN : [alexandra@nouvelles-esthetiques.com](mailto:alexandra@nouvelles-esthetiques.com)

## **Modalités et délais d'accès**

Le stagiaire est considéré inscrit après validation de l'entretien avec la responsable de formations.  
L'inscription à la formation peut être effectuée à tout moment, selon les places restant disponibles\*.

\*NB : Effectif minimum : 4 stagiaires - Effectif maximum : 12 stagiaires

## **Lieu & Accès**

Siège Social  
Les Nouvelles Esthétiques Spa  
7 avenue Stéphane Mallarmé  
75017 Paris

Sortie périphérique : Porte Champerret

Métro 3 : Porte Champerret  
RER C : Gare de Pereire Levallois  
BUS : 84, 92, 93, 164, 165, PC

Besoin d'un hôtel ? Nous sommes partenaires de l'hôtel Héliopolis de la Porte Champerret. Pour réserver en ligne, cliquez ici <https://champerret-heliopolis-paris-hotel.com/fr/> ou contactez Thierry au 01 47 64 92 56 (n'hésitez pas à préciser que vous venez de notre part).

Besoin d'un resto ? Notre restaurant partenaire : La Chope Champerret, 143 Av. de Villiers, 75017 Paris. Demandez Yannick au 01 43 80 80 64 (n'hésitez pas à préciser que vous venez de notre part).

## **Accessibilité aux personnes handicapées**

Dans le cadre de nos formations, nous pouvons accueillir des personnes présentant un handicap. Suivant la forme et la nature de ce dernier, nous sommes en mesure de vous proposer des adaptations. Afin de répondre au mieux à votre demande nous vous invitons à nous contacter directement par email à l'adresse suivante [alexandra@nouvelles-esthetiques.com](mailto:alexandra@nouvelles-esthetiques.com) ou par téléphone au 01 43 80 71 21.

Si vous avez besoin d'une compensation ou adaptation pour le contenu, les supports, le « lieu », le matériel utilisé, les horaires, le rythme, nous sommes à votre écoute.

## **Horaires**

### **Ouverture de la salle de formation : 9 h 15**

Début de la formation : 9 h 30  
Pause déjeuner : 13 h 00 à 13 h 30  
Fin de la formation : 17 h 00

## **Contact**

Pour tout renseignement sur la formation, aide à la constitution de votre dossier de prise en charge ou validation de votre inscription, contactez Alexandra au 01 43 80 71 21 - par email : [alexandra@nouvelles-esthetiques.com](mailto:alexandra@nouvelles-esthetiques.com)

## **Réclamation**

Pour toute réclamation, contactez Alexandra au 01 43 80 71 21 – par email : [alexandra@nouvelles-esthetiques.com](mailto:alexandra@nouvelles-esthetiques.com)

Pour la sécurité de notre clientèle, notre centre de formation respecte les mesures sanitaires en vigueur (cf. gouvernement).

les nouvelles  
*esthétiques*  
spa

7 av. Stéphane Marmé  
75017 Paris

tél. : 01 43 80 06 47 - Fax : 01 43 80 83 63  
[www.nouvelles-esthetiques.com](http://www.nouvelles-esthetiques.com)

Guigo Alexandre  
Responsable Formations

*Mise à jour le 6 juin 2025*