



# FORMATION nutrition «diabète et surpoids»

Les connaissances indispensables pour répondre aux questions de vos coachés en matière de nutrition et pour optimiser votre propre alimentation.

## POUR QUI ?

- Les éducateurs sportifs ayant un Brevet d'État d'Éducateur Sportif ou un Brevet Professionnel Activité Gym-Force-Forme ou équivalent
- Les personal trainers ou coaches
- Les entraîneurs et animateurs sportifs
- Les professeurs de fitness et/ou d'éducation physique
- Les professionnels para-médicaux

## Prérequis

- Pour participer à ce module, vous devez avoir suivi le module de base et le module de nutrition «équilibre alimentaire et hydratation» et/ou équivalent
- Les personnes titulaires d'un diplôme en éducation physique, d'éducateur sportif et/ou de kinésithérapie peuvent accéder directement à ce module, sans passer par le module de base

## OBJECTIFS

- Connaître les notions de nutrition humaine pour soutenir les programmes d'entraînement de personnes en surpoids et/ou diabétiques sans pour autant se substituer aux diététiciens ou nutritionnistes

Articles D.6321-1, D.6321-3 et L.6353-1 du Code du Travail - Titre ou intitulé de l'action : Formation Nutrition « Diabète et surpoids »

SARL LEADERFIT  
 9 rue du Général Mocquery 37550 Saint Avertin  
 Organisme de formation continue  
 RCS TOURS 423 277 565  
 SIRET 423 277 565 00069 - NAF 8559A

VITALYS SARL  
 13 route de Zoufftgen  
 L-3598 Dudelange-Luxembourg  
 TVA LU 18538688  
 TVA BE 0823263348  
 116437/A - 116437/B



# FORMATION nutrition «diabète et surpoids»

## PROGRAMME

Le diabète

- Définition
- Symptômes
- Complications
- Apports glucidiques quotidien
- Notion d'index glycémique
- Traitement
- Prévention
- Conseils nutritionnels
- Activité physique et diabète de type 1
- Activité physique et diabète de type 2
- Étude de cas

Obésité et surpoids

- Définition et appréciation de la masse grasse
- Épidémiologie
- Physiopathologie de l'obésité
- Les causes
- Les complications
- Prévention
- Traitement
- Activité physique et obésité
- Étude de cas

## LES PLUS

- Des moyens pédagogiques et techniques variés mis en œuvre pour chacun de nos stagiaires (salle de cours, manuel de formation, matériel informatique...)
- Un suivi personnalisé et validé par une attestation de présence signée par le stagiaire, le formateur et le responsable pédagogique
- Nos formateurs sont des entraîneurs expérimentés, sélectionnés parmi les meilleurs
- Validation par une attestation de formation Leaderfit' Nutrition «Diabète et surpoids»

### FORMATEURS

David GERMEAU  
Benjamin DEROSIER

### DURÉE DE LA FORMATION

14h de formation  
réparties sur 2 jours

### INFOS & INSCRIPTIONS

www.leaderfit-formation.com  
contact@leaderfit.com  
02 47 52 66 01  
belux@groupe-leaderfit.com  
621.24.99.48. (du Luxembourg)  
0494.61.81.04. (de la Belgique)

Articles D.6321-1, D.6321-3 et L.6353-1 du Code du Travail - Titre ou intitulé de l'action : Formation Nutrition « Diabète et surpoids »

### SARL LEADERFIT'

9 rue du Général Mocquery 37550 Saint Avertin  
Organisme de formation continue  
RCS TOURS 423 277 565  
SIRET 423 277 565 00069 - NAF 8559A

### VITALYS SARL

13 route de Zoufftgen  
L-3598 Dudelange-Luxembourg  
TVA LU 18538688  
TVA BE 0823263348  
116437/A - 116437/B