\_\_\_\_\_\_\_**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_***Mise à jour le 8 janvier 24***\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_DIAD07A**

**Bouger, manger, dormir : QUEL RYTHME pour les patients avec un syndrome métabolique?**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Description**

Cette formation apportera des connaissances sur les rythmes circadiens et proposera une approche simultanée du sommeil, de l’activité et de l’alimentation, en vue de l’accompagnement de patients vivant avec un syndrome métabolique

|  |  |
| --- | --- |
| Public : Diététiciens  Prérequis : Aucun  Intervenants :  Diététicien, membre de DIADEMIA  Diététicien, membre de DIADEMIA  Durée : 2 jours soit 14 heures  Dates : 30 septembre 2025 et 1erOctobre 2025  Méthodes pédagogiques :  Alternance de méthodes pédagogiques actives pour les apports de connaissance, les études de cas, les analyses et les échanges de pratiques.  Document pédagogique remis à chaque apprenant  Contact :  DIADEMIA  939 Route de Belus  40300 CAGNOTTE  www.diademia.org  Email : formation@diademia.org  Equipe pédagogique :  Laure LANGLET : 0663451849  Sylvie MARTY : 0687483864 | Tarif : 560€/personne en INTER  *En INTRA, devis et calendrier personnalisés envoyés sur demande*  Modalité : distanciel  Modalité d’évaluation :  Evaluation des attentes : tour de table en début de formation  Evaluation de la progression pédagogique : questions orales, mises en situation, analyse de cas  Evaluation des acquis de formation en début et en fin  Evaluation de la satisfaction  Feuilles de présence et attestations de présence  Modalités et délais d’accès :  Convention de formation si formation initiée par un employeur  Inscription par le biais d’un bulletin téléchargeable sur le site internet, J-90 avant la formation et possible jusqu’à J-15 selon disponibilité  Nombre de participants limité  Accessibilité : *DIADEMIA étudiera l’adaptation des moyens de la prestation pour les personnes en situation de handicap.* |

**OBJECTIFS PEDAGOGIQUES :**

A l’issue de la formation vous serez capable de

* Identifier les problématiques communes à la trilogie bouger, manger, dormir chez le patient
* Comprendre les régulations
* Mettre en évidence l’interconnexion entre les 3 thématiques
* Eduquer le patient à adopter un rythme favorable à sa santé

**PROGRAMME DETAILLE du CONTENU de la FORMATION**

**Jour 1 : 9h00-12h30/13h30-17h00**

**MATIN**

Accueil, présentation et expression des attentes

Mes 24h

Les problématiques bouger, manger, dormir chez le patient (portrait empathique)

Les régulations

**APRES-MIDI**

Vivre 24h en une après-midi

Bilan de la journée

**Jour 2 : 9h00-12h30/13h30-17h00**

**MATIN**

Interconnections entre les problématiques

Eduquer, accompagner, animer

**APRES-MIDI**

Mises en situation

Evaluation et Bilan de la formation