



Certificat de compétences

**CHARLOTTE LCONTE OSTROWSKI**

FORMATION  
**CONSEILLER EN NUTRITION**

MENTION TRÈS BIEN

- Élaborer des menus de nutrition-santé pour assurer un bon équilibre alimentaire
- Sélectionner des aliments de qualité pour garantir la pertinence des apports nutritionnels
- Décrypter les étiquettes pour mieux choisir les produits alimentaires industriels
- Calculer l'IMC et déterminer le poids-santé pour se situer sur l'échelle pondérale
- Évaluer les besoins énergétiques pour adapter les quantités des prises alimentaires
- Accompagner un individu avec un programme et des outils nutritionnels

 actinutrition

Le 29 janvier 2021

**Dr Yann Rougier**  
Expert



**Philippe Monteiro da Rocha**  
Responsable pédagogique

