

SITE INTERNET & NEWSLETTERS

👉 SUITE AU STAGE NUTRITION SANTE 1

Dossiers nutrition :

<https://sante-vivante.fr/dossiers/> -> onglet alimentation/compléments

Information actualités sur la nutri et la santé naturelle :

<http://www.jydionne.com/>

<http://www.passeportsante.net>

<https://www.santenatureinnovation.com>

<http://www.lanutrition.fr> -> en partie gratuit, en partie payant. La partie payante est la plus intéressante. Moins de 40 € par an. Utile

<http://www.psychomedia.qc.ca> -> info psycho et santé, avec régulièrement de la nutri

<https://www.santenatureinnovation.com>

Plus spécialisé :

<http://www.julienvenesson.fr/>

Index Glycémique :

<http://www.montignac.com/fr/rechercher-l-index-glycemique-d-un-aliment/>

Présent sur la base <https://www.lanutrition.fr/les-aliments-a-la-loupe>

Indice PRAL :

<http://alimentationgroupea.blogspot.fr/2009/10/aliments-classes-selon-lindice-pral.html>

Présent sur la base <https://www.lanutrition.fr/les-aliments-a-la-loupe>

NEWSLETTERS

Un bon plan pour rester dans une dynamique de formation continue : s'abonner à des newsletters gratuites, les parcourir, faire le tri de ce qui est intéressant ou pas, et lire les brèves ou les dossiers dont le sujet vous interpelle.

C'est une manière de s'imprégner du sujet et d'acquérir petit à petit des connaissances supplémentaires

☞ SUITE AU STAGE NUTRITION SANTE 2

Recommandations de la Société Suisse de Nutrition :

<http://www.sge-ssn.ch/fr/toi-et-moi/boire-et-manger/>

Calcul de besoin calorique :

<http://www.i-dietetique.com/?action=calcul-besoins-caloriques>

Composition des aliments :

Ciqual (Anses) : <https://ciqual.anses.fr>

SSN : <https://naehrwertdaten.ch/fr/>

Lanutrition.fr : <https://www.lanutrition.fr/les-aliments-a-la-loupe>

Passeport-santé :

<http://www.passeportsante.net/fr/Nutrition/EncyclopedieAliments/Index.aspx>