

Communiqué de presse

Brigue, le 30 mars 2021

UniDistance Suisse propose un nouveau CAS en Alimentation et comportement 100% en ligne

Connaître les liens théoriques entre la prise alimentaire et la psychologie, par exemple dans des situations de stress, et les appliquer dans divers cas pratiques, par exemple dans certains troubles du comportement alimentaire, représentent les objectifs principaux de cette nouvelle formation. Sous la responsabilité d'une spécialiste reconnue, la professeure Géraldine Coppin, et dispensé entièrement en ligne, le cursus de cinq mois débutera en septembre 2021.

Respirer, dormir, manger : de ces trois besoins vitaux, l'alimentation pourrait être considérée comme la plus sujette aux variations culturelles et émotionnelles. Notre comportement alimentaire peut être impacté par le stress, un choc, une pathologie, mais aussi l'éducation et les émotions du moment. Une nécessité, un plaisir, mais parfois également une angoisse : la nourriture s'impose de nos jours comme une thématique récurrente. En conséquence, beaucoup d'informations existent dans les médias sur l'alimentation, négligeant toutefois souvent les aspects psychologiques. Parfois sous-estimés, les liens entre nos mécanismes psychologiques et nos choix alimentaires sont nombreux, passionnants et déterminants pour notre bien-être.

Une formation théorique et pratique

Le CAS en Alimentation et comportement est né de la collaboration avec Géraldine Coppin. Professeure à UniDistance Suisse depuis 2018 et membre du Centre Interfacultaire en Sciences Affectives de l'Université de Genève, elle mène des travaux concernant les préférences relatives aux odeurs, aux goûts et à la prise alimentaire. « Le CAS (Certificate of Advanced Studies) Alimentation et comportement a pour but de présenter les connaissances scientifiques actuelles issues de la psychologie et des neurosciences sur le comportement alimentaire. Il comprend une partie théorique (couvrant des thèmes tels que pourquoi le stress influence la prise alimentaire ?) et une partie plus pratique (par exemple, comment peut-on favoriser une stabilisation du poids à long terme?) », explique Géraldine Coppin.

Un programme complet et concret

Cette combinaison de périodes théoriques et pratiques se révèle idéale pour les professionnel-le-s des domaines de la santé, de la psychologie et de l'alimentation. D'une durée d'un mois chacun, les trois premiers modules se consacrent aux concepts de la psychologie appliquée à l'alimentation, au rôle de notre cerveau dans la prise alimentaire, ainsi qu'à l'impact des émotions positives, négatives et du stress. Des analyses de cas font partie intégrante de la formation et les modules 4 et 5 s'y dédient plus particulièrement. Ils donnent notamment des pistes de stratégies permettant de favoriser la stabilisation du poids. Ils présentent également les principes de programme de prévention et de traitement des Troubles du Comportement Alimentaire (TCA).

Un fonctionnement en ligne alliant flexibilité et partage

Grande force d'UniDistance Suisse, l'enseignement en ligne apporte une flexibilité parfaite pour les formations en cours d'emploi. Une plateforme de cours à distance regroupe de manière claire et simple d'accès tout le matériel, tel que des vidéos. Afin de maintenir un échange entre étudiant-e-s et intervenant-e-s, des classes virtuelles se tiennent à un rythme hebdomadaire. Le cursus débute une fois par année, au 1^{er} septembre. Il totalise environ 250 heures de travail. Pour s'inscrire, les candidat-e-s doivent être au bénéfice d'un diplôme universitaire dans un secteur correspondant et faire preuve d'une expérience professionnelle en lien avec la prise alimentaire.

UniDistance Suisse, en tant qu'institut universitaire, propose depuis 1992 des formations universitaires de bases et continues dans les domaines du droit, de l'économie, de la psychologie, de l'histoire, de l'intelligence artificielle et des mathématiques. Leader de l'enseignement universitaire à distance en Suisse, il compte plus de 2000 étudiant-e-s francophones, germanophones et anglophones qui se forment en parallèle à leur vie professionnelle, sportive ou familiale grâce à la flexibilité des études en ligne. Toutes les filières proposées, conçues selon les accords de Bologne, sont reconnues en Suisse et à l'international. L'institut universitaire utilise les méthodes les plus modernes d'enseignement et d'apprentissage multimédias en se basant sur un concept répondant aux normes de qualité élevées appelé « enseignement hybride », qui combine autoapprentissage, e-learning et enseignement en présentiel classique. UniDistance Suisse emploie plus de 350 collaboratrices et collaborateurs, dont près de 300 œuvrent dans la recherche, l'enseignement et l'assistanat. Ayant son siège à Brigue, l'institut est également présent à Pfäffikon (SZ), Sierre (VS), Naters (VS), Berne (BE), Fribourg (FR), Lausanne (VD) et Rapperswil (SG).

Plus d'informations

<https://unidistance.ch/cas-alimentation-comportement/>

Contact

Stéphane Pannatier
Directeur Services centraux
079 946 16 40
stephane.pannatier@unidistance.ch
[UniDistance.ch](https://unidistance.ch)
