

European Scientific League Probiotics

DIPLOME EUROPEEN DE NUTRITION FONCTIONELLE THERAPEUTIQUE ET MICROBIOTIQUE

(Belgique)

L'alimentation joue un rôle crucial sur la santé de l'homme. Elle apporte à l'organisme la stricte totalité des éléments nutritifs dont il a besoin pour bien se porter. Cela dit, la plupart des problèmes de santé dont souffrent les hommes sont d'origine nutritionnelle, et peuvent aussi être résolus par la nutrithérapie ou la NUTRITION FONCTIONELLE THERAPEUTIQUE. Qu'est-ce que c'est donc la nutrithérapie et Pourquoi la Microbiotique, et quels sont les moyens dont dispose cette science pour faire face aux maladies causées par l'alimentation inadéquation. ? Coup de projecteur sur la notion de la nutrithérapie.

Qu'est-ce que c'est que la nutrithérapie ?

Sur le plan historique, la nutrithérapie a effectivement démarré au 20e siècle, mais il faut noter que les racines de cette science plongent beaucoup plus loin dans l'histoire.

Étymologiquement, le terme nutrithérapie veut dire « soigner par l'alimentation. Ainsi, le pratiquant de cette science ou le Nutrithérapeute se base sur une alimentation équilibrée et sur mesure pour combattre les problèmes de santé spécifique à chaque patient. Ce spécialiste fait aussi souvent recours à la supplémentation en micro-nutriments.

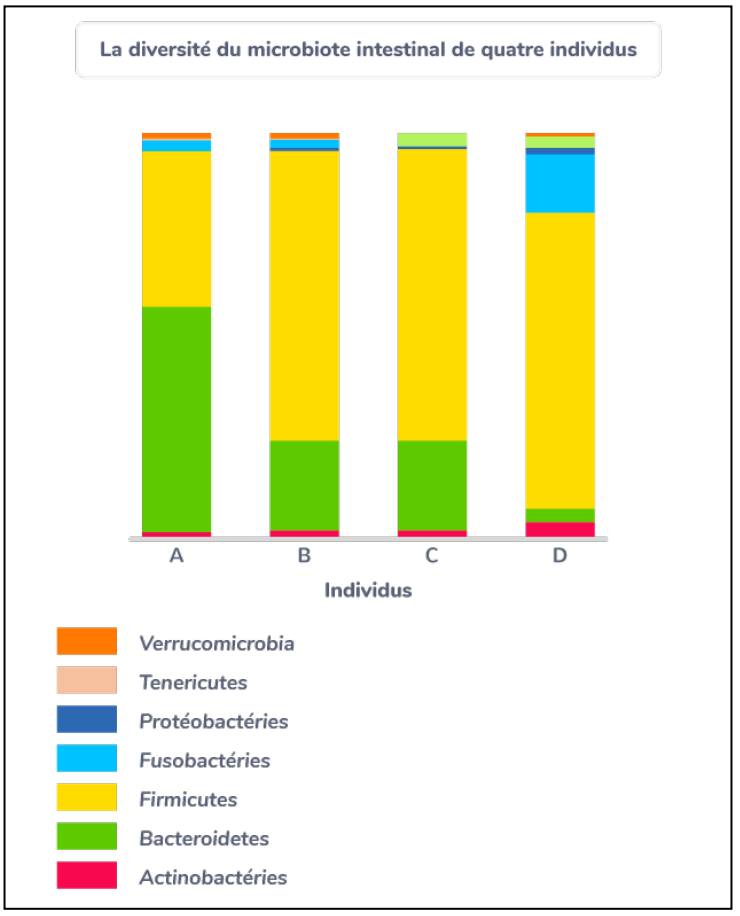
Considéré comme le père de la nutrithérapie, le médecin grec Hippocrate préconisait déjà au cinquième siècle apr. J.-C. que les aliments soient le premier remède de l'homme. Car il disait à l'époque « Que ton aliment soit ton premier remède ». Grâce au célèbre adage de ce naturopathe qui est considéré de nos jours comme le principal fondateur de la nutrition, les nutrithérapeutes aident généralement leur patient à développer une habitude alimentaire saine et adaptée pour maintenir la bonne santé et optimiser le fonctionnement de l'organisme.



Née aux États-Unis dans les années quatre-vingt (80). La Nutrition Fonctionnelle Thérapeutique (Nutrithérapie) est une branche de médecine fonctionnelle, qui grâce à l'essor des techniques biochimiques et biologiques tels que le développement des biomarqueurs du stress oxydatif, méthylation, métagénomique ..etc. représente actuellement une conception innovante qui montre chaque jour un intérêt croissant dans les deux approches de Médecine fonctionnelle : l'approche préventive et l'approche interventionnelle des maladies et dans la conception même de la santé.

Elle représente un des atouts majeurs de la médecine du 21ème siècle et une véritable révolution de la prise en charge des pathologies, des performances physiques et intellectuelles, de l'optimisation de la santé et du Vieillissement, ainsi

Que dans la prévention des risques de maladies par la correction, en connaissance de cause, des carences et des excès éventuels en nutriments, micronutriments et phytonutriments et ce en utilisant les corrections alimentaires personnalisées et une supplémentation ou complémentation active) pour retrouver la santé ou pallier aux inconvénients d'une pathologie installée par excès ou déficit d'apport en micronutriments, et phytonutriments.



La pratique de la nutrithérapie

En pratique, lorsque le nutrithérapeute est face à ses patients, il reçoit en premier lieu leurs plaintes. Ces plaintes se manifestent en général par la présentation de différents symptômes qui peuvent être des infections, des troubles digestifs, l'anxiété, la fatigue, la dépression. Le nutrithérapeute aborde ces plaintes en intervenant au niveau moléculaire.

En effet, l'intervention du nutrithérapeute commence par l'identification du profil de chaque patient. Avec les résultats de cette première étape, le spécialiste définit les changements alimentaires qu'un patient doit opérer, ainsi que les compléments alimentaires qu'il doit prendre pour l'amélioration de son état de santé.

Les armes de la nutrithérapie

Pour combattre les problèmes de santé des patients, les armes qu'utilise le nutrithérapeute se composent essentiellement des vitamines, des minéraux, et des acides gras. Voici un aperçu des microéléments auxquels ce spécialiste a le plus recours.

Les vitamines

Les carences en vitamines déclenchent toujours au niveau de l'organisme des symptômes de différents degrés. Chez les personnes du troisième âge par exemple, on observe parfois une baisse de l'immunité qui se justifie souvent par une carence en vitamine B6. La carence de cette vitamine s'explique une exposition insuffisante au soleil. Face à ce problème, le nutrithérapeute prescrit évidemment la vitamine B6 pour pallier les carences.

Le magnésium

Ce minéral intervient dans un grand nombre de réactions métaboliques au niveau de l'organisme ; soit plus de 300 pour être plus précis. C'est donc pour cela qu'une carence en magnésium se ressent manifestement par des crampes, des maux de tête, des insomnies, des troubles digestifs, la fatigabilité, une faible résistance au stress, etc. Bien que le magnésium se retrouve dans plusieurs produits (noix de cajou, amande, chocolat, soja, coquillages, etc.), le taux auquel il est présent dans l'alimentation quotidienne est généralement faible. Cela fait que l'alimentation répond très mal à elle seule aux besoins de l'organisme. Pour cela, la nutrithérapie se tourne vers les compléments de magnésium lorsque les symptômes d'une carence en ce minéral s'observent chez un patient.

Les omégas 3

Ils jouent plusieurs rôles dans l'organisme. Ce sont des cardioprotecteurs qui participent aussi à la réduction du stress. De plus, les omégas 3 interviennent dans la distribution de l'oxygène, la circulation des globules rouges, la réduction des graisses qui circulent dans le sang ; et donc aussi dans la réduction des risques de surpoids. Ces acides gras se retrouvent naturellement dans la laitue, la mâche, le saumon, le thon, l'huile de colza, de noix, etc. Cependant, les concentrations d'oméga 3 consommées à travers ces aliments sont insuffisantes pour couvrir tous les besoins d'un homme. Voilà pourquoi les nutrithérapeutes ont souvent recours aux complémentaires alimentaires concentrés en molécules d'oméga 3.

Les avantages de la nutrithérapie

Le recours à la nutrithérapie est bénéfique en plusieurs chemins. Tout d'abord, il permet de soigner plusieurs maladies grâce à la micronutrition. De plus, en soignant les différentes carences de l'organisme, la nutrithérapie permet d'améliorer la qualité de vie chez les patients. Aussi, elle permet d'amoindrir les conséquences des pathologies déjà présentes.

Par ailleurs, la nutrithérapie est également très bénéfique pour la prévention. Elle permet de prévenir les maladies, les inflammations, le stress. En outre, elle permet de détoxifier l'organisme ; et d'optimiser le potentiel psychique, intellectuel, et physique de l'homme.

Quels liens existe-t-il entre la nutrithérapie, la nutrition fonctionnelle et la micronutrition ?

La nutrition fonctionnelle est un plan d'alimentation hautement personnalisé. Elle consiste à utiliser les aliments comme des médicaments, principalement dans l'objectif d'aider une personne à améliorer sa santé et son bienêtre. C'est donc à la base une philosophie qui prône l'utilisation exclusive des aliments en tant que remèdes pour prévenir et soigner les maux. Vue ainsi, la nutrithérapie est similaire à la nutrition fonctionnelle, tant qu'elle n'a pas recours à l'utilisation des compléments alimentaires pour corriger une carence. Autrement, la nutrition fonctionnelle se sert exclusivement des aliments fonctionnels pour soigner les patients ; tandis que la nutrithérapie rajoute le

Recours aux compléments alimentaires pour atteindre les mêmes objectifs.
Pour ce qui concerne la micronutrition, c'est une approche médicalisée de la nutrition qui utilise essentiellement les micronutriments pour soigner les patients. Entendez par micronutriments, les vitamines, les acides gras essentiels, les oligoéléments, les acides aminés essentiels, les polyphénols, etc. Ainsi, la micronutrition est un outil qui s'utilise en nutrithérapie, car cette dernière science soigne les patients grâce à

L'apport de quantités adaptées de micronutriments. Nutrition fonctionnelle : à quoi peut-on identifier les aliments fonctionnels ?
Plusieurs aliments peuvent être classés dans la catégorie des aliments fonctionnels. Il s'agit notamment des fruits, légumes et céréales ; des probiotiques et prébiotiques ; des aliments Free-from et Rich-in.
Les aliments Rich-in et Free-from
Ce sont des aliments spéciaux dont la composition a été enrichie ou ôtée d'un ou plusieurs ingrédients dans le but principal d'améliorer les propriétés bénéfiques du produit final. Comme exemple d'aliments Rich -in, on distingue tous les aliments auxquels il a été ajouté des vitamines, des fibres, du calcium, des omégas 3. D'un autre côté, le lait, le fromage sans lactose sont des exemples d'aliments Free-from.
Pourquoi la Microbiotique
Grâce à l'essor des techniques biochimiques et de biologie clinique Microbiotiques tels que le développement de la métagénomique, nous pouvons désormais explorer le monde des probiotiques, prébiotiques , Postbiotiques et symbiotiques.
Les probiotiques sont des bactéries qui améliorent par exemple la santé de la flore bactérienne intestinale et buccale, lorsqu'elles sont consommées en quantité suffisante. Les prébiotiques quant à elles, constituent la nourriture des probiotiques. Certes, ces bactéries n'ont pas nécessairement besoin de cette nourriture pour vivre ; mais elles favorisent leur croissance et leur permettent d'exercer plus efficacement leurs fonctions bénéfiques à la santé de l'hôte.

1-Titre de la Formation

Diplôme de Nutrition Fonctionnelle Thérapeutique & Microbiotique

2- Description

Le diplôme de Nutrition Fonctionnelle Thérapeutique & Microbiotique permet aux professionnels de santé, cliniciens, chercheurs, médecins praticiens ou Pharmaciens exerçant en ville ou à l'hôpital ainsi qu'à tout professionnel ayant un projet dans le domaine de la Santé Naturelle, la Nutrition ou de Nutrition Fonctionnelle Thérapeutique De développer leurs connaissances en physiopathologie et en pratique clinique Nuthérapeutique de la nutrition et la nutrition fonctionnelle avec les différentes approches Thérapeutiques enseignées ,en mettant l'accent sur la développement des connaissances en Microbiotique de la nutrition (probiotiques , probiotiques , symbiotiques et Postbiotiques)

a-Objectifs de la Formation :

- **Renforcer la prise en charge nutritionnelle fonctionnelle spécialisé en fonction de pathologies spécifiques, et ce, grâce à des protocoles thérapeutiques préventives ou interventionnels en nutritherapie et nutrition fonctionnelle Thérapeutique et amélioration du microbiote.**
- **Analyser de façon critique des articles scientifiques ou grand public en nutrition**
- **Participer à des projets de recherche en nutrition fonctionnelle et nutritherapie**
- **Développer des campagnes de communication en nutrition**
- **Répondre aux questions nutrition des patients et orienter vers des spécialistes adaptés**
- **Maitriser l'approche par l'analyse et le rééquilibrage du microbiote**

b-Débouchés Professionnels :

A l'issue de cette formation les praticiens de la santé peuvent exercer comme Clinicien Nutrithérapeute, ou pharmacien Nutrithérapeute. Les autres spécialités peuvent participer à la prise en charge des malades dans le cadre protocole thérapeutique ou protocole de recherche ou de campagne de communication comme conseillers en Nutrition fonctionnelle thérapeutique.
.
1.Public Cible
Professionnels de la santé, cliniciens, chercheurs, médecins praticiens ou Pharmaciens…etc.
4. Prérequis
Exclusivement réservé aux professionnels de la santé
(Diplôme de Praticien de la santé est Obligatoire)
5. Durée et Modalités
Rythme Flexible : La formation est conçue pour s'adapter aux professionnels en exercice dans les cabinets, officines ou hôpitaux,
Ainsi qu'aux étudiants en sciences médicales cherchant à acquérir une spécialité en parallèle avec leur cursus.

Programme 2024/2025

Mode Hybride Présentiel et Live/online Streaming

1er Rentrées Académiques : **24 -25 oct. 2024** / 2em Rentrées Académiques : **29-30/ Nov. 2024**/ 3 em Rentrées Académiques : **03-04/ janv. 2025**

SEMINAIRES	DATES	THEMATIQUES
Séminaire 1	24 & 25 Octobre 2024	Biochimie des Lipides, Glucides, protéines, minéraux vitamines oligoéléments et des FOS et GOS/ Métabolisme et énergétique cellulaire et mitochondriale / voie de biosynthèse Prostaglandines, thromboxanes et leucotriènes / importance structurelle et fonctionnelle en signalétique de l'inflammation, régulation des métabolismes, agrégation plaquettaire. Cardio-vasculaires, diabète et vieillissement.
Séminaire 2	29 & 30 Novembre 2024	Stress oxydatif, systèmes antioxydants, Les Radicaux libre, et Systèmes de défenses antiradicalaire, la méthylation et leurs mécanismes physiopathologiques impliqués. Biologie clinique du stress oxydatif, de la méthylation Situation actuelle et enjeux des antioxydants par complémentation et par alimentation/ Aliments Bio aliments non transformés, Aliments transformés, Ultra transformés, Novel Food. Codex Alimentarius, compléments alimentaires, étiquetage et applications nutritionnelles
Séminaire 3	03 & 04 Janvier 2025	Evolution structurelle de l'alimentation au cours du processus de développement de l'homme /Alimentation et épigénétique/ Régime crétois et alimentation méditerranéenne (les etudes de Ancel keys !) / calories vides de densité nutritionnelle. Densité énergétique / densité micronutritionelle/ prébiotiques et probiotiques implications physiopathologiques.
Séminaire 4	24 & 25 Janvier 2025	Les 3 Approches de la Nutrition fonctionnelle thérapeutique et Microbiotique (Approche Phyto-nutritionnelle par restructuration alimentaire /Approche par Manipulation du microbiote / Approche Neurocomportementale, alimentation intuitive. Approche psycho-sensorielle.)
Séminaire 5	28 février & 01 mars 2025	Consultation Nutrition fonctionnelle thérapeutique et Microbiotique : Anamnèse et historique / Enquête alimentaire///clinique ///Bilan biologique, Bilan nutritionnel et micronutritionelle///biologie clinique du microbiote////Autres bilans immunologiques, IGG alimentaires…etc. Bilan corporel et impédancemétrie /Tableaux et mesures pratique en Thérapeutique Nutri-Fonctionnelle et Microbiotique (obésité , l'insuffisance pondérale…etc) :
Séminaire 6	28 & 29 Mars 2025	Physiopathologie Nutrition fonctionnelle thérapeutique et phyonutrition du Diabète /des maladies cardiovasculaires et HTA / Pathologies Gériatriques, vieillissement. / pathologie arthrosiques / Maladies auto-immunes /Pathologies neuro dégénératives et inflammatoires /Oncologie Pathologies gastro-intestinales cas cliniques et protocole thérapeutique, MICI.
Séminaire 7	25 & 26 Avril 2025	Physiopathologie et nutrition Fonctionnelle Thérapeutique des Troubles endocriniens et neuropsychiatriques – Thyroïde, dépression, burnout, cas clinique et protocole, -Psycho nutrition : gestion du stress et du sommeil, dépression, + TCA / TDAH...Etc. Urologique Infertilité chez le couple, Grossesse.
Séminaire 8	30 & 31 Mai 2025	Approche microbiotique de la Nutrition fonctionnelle thérapeutique cas cliniques de Maladies auto-immunes /Pathologies neuro dégénératives et inflammatoires /Oncologie Pathologies gastro-intestinales cas cliniques et protocole thérapeutique/MICI Etc. Utilisation des poste biotiques, symbiotiques et probiotiques et transplantation fécale !

Date de début de candidature : 01/09/2024

Date de début de la formation : Trois rentrées académiques Dates : 1ere rentrée académique : 25-26 octobre 2024 /2 -ème rentrée académique : 29-30 novembre 2024 /3 -ème rentrée académique : 03-04 janvier 2025.

Programme 2024/2025 Mode Hybride Présentiel et Live/online Streaming		
1er Rentrées Académiques : 24 -25 oct. 2024 / 2em Rentrées Académiques : 29-30/ Nov. 2024/ 3 em Rentrées Académiques : 03-04/ janv. 2025		
Séminaire 9	13 & 14 Juin 2025	Physiopathologie et nutrition fonctionnelle Thérapeutique : Etude de Cas clinique et exercice Gestion des Interactions médicaments, compléments alimentaires à base de plantes et aliments /Gestion des Interactions médicaments /compléments alimentaires
Séminaire 10	27 & 28 Juin 2025	Intérêt du processus inflammatoire , Inflammation de bas grade mécanismes physiopathologiques impliqués. /Voies signalétiques de l'inflammation/ les marqueur de l'inflammation de bas grade en nutrition fonctionnelle et microbiotique et leur intérêt en thérapeutique Biologie clinique en nutrition fonctionnelle thérapeutique et en microbiotique
Séminaire 11	27 septembre 2025	-LA BIO-IMPÉDANCEMÉTRIE AU SERVICE DE VOTRE PRATIQUE prise en main du BX2 et BX3 -Histoire et Evolution de l'alimentation en algerie -Exam de fin d'année -LCA et rédaction d'article -INTERET D'UN ENSEIGNEMENT DE LA RECHERCHE CLINIQUE en Nutrition Présentation de la formation de poste graduation de spécialisation en NUTRITION ET MICI -Cérémonie de clôture

****Dates et programme sous réserve de modifications *****



RYTHME HORAIRES EN PRESENTIEL :

Vendredi : De 14h00 à 17h30 (2 séquences de cours de 1H30 chacune, une pauses-café)
Samedi : De 8H30 à 17H30(4 séquences de cours de 1H30 chacune , deux pauses café et une pause déjeuner)

HORAIRES EN DISTANCIEL ONLINE et LIVE STREAMING :

Live – streaming le jour même du séminaire - Mise en ligne en Replay dans l'espace étudiant (Moodle) - Délai de 10 à 15 jours après le séminaire en présentiel



PROGRAMME DÉTAILLÉ DES COURS :

Après confirmation de votre inscription et (1er) payement.



DEMARCHE PEDAGOGIQUE

Notre Démarche pédagogique s'appuie sur l'actualisation du contenu scientifique sans posture dogmatique et sur la réalité de l'exercice des praticiens, à partir des vécus professionnels et ce, en privilégiant les échanges et débats avec nos Formateurs et enseignants.



Pause-café & pause déjeuné

Nous donnons priorité à l'optimisation du temps de formation, Pour profiter au maximum du temps de la formation, nous proposons des coffrets pauses cafés et déjeunés le plus Healthy possible avec certification de notre partenaire de certification Nutritionnelle IH

3-Objectifs de la Formation :

- Renforcer la prise en charge nutritionnelle fonctionnelle spécialisé en fonction de pathologies spécifiques, et ce, grâce à des protocoles thérapeutiques préventives ou interventionnels en nutritherapie et nutrition fonctionnelle Thérapeutique et amélioration du microbiote.
- Analyser de façon critique des articles scientifiques ou grand public en nutrition
- Participer à des projets de recherche en nutrition fonctionnelle et nutritherapie
- Développer des campagnes de communication en nutrition
- Répondre aux questions nutrition des patients et orienter vers des spécialistes adaptés
- Maitriser l'approche par l'analyse et le rééquilibrage du microbiote

4-Débouchés Professionnels :

A l'issue de cette formation les praticiens de la santé peuvent exercer comme Praticien spécialiste en Micronutrition fonctionnelle et microbiotiques . Les autres spécialités peuvent participer à la prise en charge des malades dans le cadre protocole thérapeutique ou protocole de recherche ou de campagne de communication comme conseillers en Nutrition fonctionnelle thérapeutique.

.



7. Points forts :

- Un programme d'Enseignement académique, indépendant s'appuyant sur l'Evidence Based Medecin EBM de l'esprit scientifique tourné vers la pratique professionnelle. La formation est constamment actualisée en fonction des études publiées
- Rythme Adapté aux professionnels en exercice en cabinets, officines ou dans les hôpitaux
- Un programme d'enseignement et d'évaluation agrée et Labialisé par la ESLP EUROPEAN SCIENTIFIC LEAGUE FOR PROBIOTICS et la Fédération for Education in Europe - FEDE - organisation supranationale dotée du statut participatif auprès du Conseil de l'Euro

2024.Copyright ©ULFR Académie/ESLP

- Un corps professoral International de haut niveau constitué de professeurs d'universités, de chercheurs, de cliniciens... compétents, reconnus, spécialistes et en exercice, Dont certains ont publié des ouvrages de référence dans le domaine de la nutrition et de la nutrithérapie et de médecine fonctionnelle
- Des séquences de corrections et d'études de cas cliniques pratiques
- Support pédagogique multiplex (numérique, papier, audio et Vidéo en live et en replay, avec banque de données volumineuse et actualisée, des questionnaires de révision et d'évaluation pour chaque cours, des séquences E-learning évolutives …)
- Un REPLAY de chaque séminaire pour une assimilation optimale des cours, par abonnement pour les externes et gratuit pour nos membres adhérents

9. Corps Professoral

Notre corps professoral est composé de 15 experts internationaux de haut niveau, incluant des professeurs d'universités, des chercheurs, et des cliniciens reconnus pour leurs compétences et leur expérience. Voici un aperçu des membres éminents de notre équipe pédagogique **:**

- **Dr. Pol Warzee** : Médecin, Président de l'ESLP (European Scientific League for Probiotics) et Président honoraire du CNENM (Comité National pour l'Éducation Nutritionnelle et Médicale). Expert en nutrition fonctionnelle et microbiotique.

- **Prof. Mohamed Makrelouf :** Professeur Hospitalo-Universitaire et Médecin biochimiste, diplômé en nutrithérapie. Spécialiste en biochimie nutritionnelle et métabolisme énergétique.

- **Prof. Jean-Pierre Poulain :** Professeur émérite à l'Université de Toulouse, expert en sociologie de l'alimentation et en nutrigénomique**.**

- **Dr. Samir Kebour :** Pharmacien Nutrithérapeute et Coordinateur Pédagogique. Spécialiste en nutrithérapie et gestion des programmes de formation.

- **Jean-Pierre Mans :** Consultant en nutrition et formateur. Expert en nutrition fonctionnelle et approches thérapeutiques.

- **Dr. Jean-Marc Jacquemin :** Médecin phyto-nutrithérapeute, chargé de cours en nutrition fonctionnelle et phytothérapie**.**

- **Prof. Akila Zenati :** Professeur Hospitalo-Universitaire et Pharmacien biochimiste, diplômé en nutrithérapie. Spécialiste en biochimie nutritionnelle et évaluation clinique.

- **Dr. Hélène Jameux :** Pharmacien spécialisée dans le changement durable du comportement alimentaire. Experte en psychologie nutritionnelle.

- **Dr. Yasmin Sellam :** Agronome et Chef, auteur de "Mémoire Gastronomique Algérien". Spécialiste en alimentation méditerranéenne et nutrigénomique.

- **Ghislaine Gerber :** Biologiste, chargée de cours en phytothérapie et nutrition à l'Université Paris 13. Membre de la commission réglementaire européenne des compléments alimentaires**.**

- **Dr. Daniel Wuyts : Médecin,** auteur de plusieurs ouvrages sur la phytothérapie, et Président de la Société Belge de Phytothérapie.

- **Dr. Sofiane Ghemri :** Cardiologue au Centre National de Médecine du Sport (CNMS). Spécialiste en cardiologie nutritionnelle et prévention.

- **Prof. Rachid Nebab :** Professeur en Biostatistique, expert en analyse de données nutritionnelles et épidémiologie.

- **Prof. Pierre Duhaut :** Professeur en Médecine Interne, spécialiste des approches cliniques en nutrition fonctionnelle.

- **Philippe Danhier :** Pharmacien industriel, spécialiste des compléments alimentaires et Fondateur de Bio-science. Expert en formulation et régulation des compléments alimentaires**.**

10. Coût et Financement

❖ **EN PRESENTIEL EN DISTANCIEL LIVE-ONLINE**

- Soit en 1 versement : **399 000,00 DA**
  - 395 000,00 DA /HT au moment de l'inscription
- Soit en 12 versements : **399 000,00 DA**
  - 71 000,00 DA/H T au moment de l'inscription
  - 29 900,00 DA /HT par mois sur 11 mois

❖ **EN DISTANCIEL LIVE-ONLINE**

- Soit en 1 versement : **299 000,00 DA**
  - 195 000,00 DA /HT au moment de l'inscription
- Soit en 12 versements : **299 000,00 DA**
  - 71 000,00 DA/H T au moment de l'inscription
  - 19 900,00 DA/ HT par mois sur 11 mois

Si payement cash : remise de 29 500, 00 DZD

11. Inscriptions

- Début d'inscription : mois de septembre

12. Témoignages et Références

- Avis et témoignages d'anciens participants pour crédibiliser la formation.

13. FAQs

- Réponses aux questions fréquemment posées concernant la formation (horaires, matériel requis, etc.).

.

2024.Copyright ©ULFR Académie/ESLP