

Françoise DEBUY

Ancienne infirmière de prévention (5 ans)

Diététicienne depuis 15 ans

**CATALOGUE
2026 - 2027**

**Nutrition & Santé
au travail**

**La prévention
par l'alimentation**
un levier encore sous
exploité en entreprise

Des **actions concrètes**
pour intégrer l'alimentation
à votre **démarche de prévention et de QVCT**



MES SOLUTIONS



**Ateliers
en entreprise**



Webinaires



**Entretiens
individuels**



**Programmes
QVCT**

THÉMATIQUES

- Comportement alimentaire
- Santé digestive
- Santé des femmes
- Aidants

Françoise DEBUY

06 23 30 45 99

contact@fdebuy.com

Siret : 452 481 757 00048

MES RÉFÉRENCES

À propos

**150 ateliers
réalisés en 4 ans**

SECTEURS D'INTERVENTION

*Administration · Transport & logistique · Industrie
Enseignement supérieur · Associations*

MGEN depuis 3 ans

Ateliers en présentiel et webinaires

HAPPYVISIO depuis 10 mois

Webinaires

Téléconsultations diététiques pour particuliers

MSA depuis 2 ans

Entretiens individuels en visioconférence

prévention santé et nutrition

pour les jeunes (dont salariés et apprentis)

TÉMOIGNAGES

“Après le webinaire, j'ai recomposé mon assiette autrement.
Un conseil simple, que j'ai pu appliquer tout de suite.”

Participante

“Votre discours a réconcilié
plusieurs personnes avec l'alimentation.”

Responsable QVCT et participante

MON APPROCHE

À propos

Aider les salariés à **comprendre leur comportement alimentaire** puis à **avancer pas à pas**

Des recommandations concrètes issues de situations réelles rencontrées en entretien.



Françoise DEBUY

Diététicienne depuis 15 ans

Ancienne infirmière de prévention (5 ans)

Spécialisée en comportement alimentaire, santé digestive et santé des femmes

ATELIERS & WEBINAIRES

Des thématiques adaptées aux réalités du travail

1 HEURE

PRÉSENTIEL OU VISIO

25 SUR SITE

JUSQU'À 500 PERSONNES EN VISIO

NUTRITION AU TRAVAIL

- **Fatigue, concentration & alimentation**
Rythmes des repas, faim/satiété et repères pour la journée de travail.
- **Alimentation et stress au travail**
Comprendre les liens entre stress, habitudes alimentaires et journée chargée.
- **Manger en télétravail**
Organiser les repas et les temps alimentaires quand les repères changent.
- **Bien manger sur la route**
Repères concrets pour les repas pris à l'extérieur et les déplacements.
- **Horaires décalés**
Adapter l'organisation des repas au fil de la journée.

SANTÉ DIGESTIVE · SANTÉ DES FEMMES · AIDANTS

- **Confort digestif au travail**
Comprendre les troubles digestifs et trouver des repères alimentaires
- **Nutrition et ménopause**
Comprendre les changements et retrouver des repères alimentaires adaptés.
- **Endométriose : comprendre et agir**
Connaître la maladie, le parcours de soins et les repères alimentaires
- **Retrouver le plaisir de manger sans régime**
Comprendre le comportement alimentaire et sortir des injonctions alimentaires.
- **Aidants : préserver son énergie**
Simplifier les courses et les repas dans un quotidien chargé.

Des formats courts et interactifs pour aborder des situations concrètes : repas sur le pouce, horaires décalés, inconfort digestif, télétravail, santé des femmes ou charge des aidants.

UNE APPROCHE INTERACTIVE

Apports pratiques

Quiz

Replay inclus 6 mois

Questions-réponses

Questionnaire de satisfaction proposé à l'issue de l'intervention : le mien, ou celui de votre entreprise

Ateliers et webinaires “clés en main”

Ateliers et webinaires sur le thème de votre choix sur devis

CYCLE WEBINAIRES

CYCLE ATELIERS

3 webinaires ou ateliers au choix parmi 10 thématiques

Vous avez une question ? Contactez - moi.

06 23 30 45 99 • contact@fdebuy.com • dieteticienneenligne.fr

Entretiens diététiques individuels

Comprendre son comportement alimentaire

20 ou 30 min

Présentiel ou distanciel

18 personnes sur site

Visioconférence sur RDV

ENTRETIENS UNIQUES DE 20 MIN

- **Confidentiel, sur rendez - vous**
- **Réponses à une ou deux questions précises**
- **Conseils personnalisés**
- **Réorientation vers un professionnel de santé**
Si nécessaire
- **Idéal pour journée santé ou événement QVCT**

SUIVI EN PLUSIEURS SÉANCES

- **Confidentiel, sur rendez vous**
Prise de rendez vous sur agenda en ligne en cas de visioconférence
- **Installer de nouvelles habitudes, pas à pas**
- **Accès à l'application Madietenligne**
Carnet alimentaire digitalisé et messagerie
- **Un rendez vous par mois**
Sur 3 mois ou 6 mois
- **Idéal pour un programme QVCT sur plusieurs mois**

Des entretiens courts pour aborder des situations concrètes :
repas pris rapidement, stress, grignotages, manque d'énergie, fatigue, horaires décalés, repas à l'extérieur, troubles digestifs, endométriose...

Indicateurs

Participation

Satisfaction

Assiduité

Entretiens individuels diététiques

JOURNÉE UNIQUE

PACK 3 JOURNÉES D'ENTRETIENS DIÉTÉTIQUES

Prise de RDV et visioconférence sur la plateforme Madietenligne

Suivi diététique avec l'application Madietenligne

Accès à un carnet alimentaire et messagerie

Suivi sur une plateforme sécurisée, conforme aux exigences françaises pour les données de santé (certification HDS)

Programme QVCT

Combinaison d'ateliers, de webinaires, d'entretiens diététiques
Selon vos besoins

Présentiel ou distanciel

Différents formats

PROGRAMME QVCT DÉCOUVERTE

- Un atelier en présentiel de votre choix
- Un webinaire de votre choix
- Une journée d'entretiens diététiques sur site
- Jusqu'à 525 personnes touchées avec le format collectif
- Jusqu'à 18 personnes touchées avec le format individuel

PROGRAMME QVCT SUR MESURE

- **Diagnostic express des besoins**
court questionnaire anonyme aux salariés
échange avec la personne RH/QVCT
- **Fréquence mensuelle, bimestrielle ou trimestrielle**
- **Une thématique ciblée**
Nutrition au travail, santé des femmes ...
- **Bilan du programme**
- **Idéal pour un programme QVCT sur plusieurs mois**

Une approche nutritionnelle concrète, non culpabilisante et centrée sur les réalités vécues par les salariés

Indicateurs

Participation

Satisfaction

Assiduité

Questionnaire de satisfaction proposé à l'issue de l'intervention : le mien, ou celui de votre entreprise

Programmes QVCT

PROGRAMME DÉCOUVERTE

PROGRAMME SUR MESURE

Programmes QVCT selon votre besoin

Vous avez une question ? Contactez-moi.

06 23 30 45 99 • contact@fdebuy.com • dieteticienneenligne.fr

CATALOGUE 2026 - 2027

Nutrition & Santé
au travail

Devis sur simple demande

Sous 48 h

**Réservez 15 minutes
pour échanger
sur votre projet QVCT :**
lien vers agenda



MES SOLUTIONS



Ateliers
en entreprise



Webinaires



Entretiens
individuels



Programmes
QVCT

THÉMATIQUES

- Comportement alimentaire
- Santé digestive
- Santé des femmes
- Aidants

Françoise DEBUY

**Diététicienne depuis 15 ans
Infirmière de prévention pendant 5 ans**

06 23 30 45 99

contact@fdebuy.com

Siret : 452 481 757 00048