

# PROGRAMME DE LA FORMATION DE NATUROPATHE (1200h sur 150 jours)

## Public concerné :

La formation de naturopathie du CENATHO s'adresse à toutes les personnes qui souhaitent se professionnaliser dans le domaine de la santé naturelle en exerçant le métier de naturopathe.

## Objectifs pédagogiques :

### Objectifs en fin de Niveau 1

A la fin du 1<sup>er</sup> tiers de la formation, le stagiaire devra :

- Avoir compris le rôle du naturopathe
- Avoir intégré l'historique, la philosophie et les grands principes de la naturopathie holistique
- Avoir appris les bases de biochimies utiles à la compréhension de l'anatomie et de la physiologie
- Connaître le fonctionnement du système digestif et sa place centrale en naturopathie
- Connaître les techniques majeures et mineures et avoir compris leur place dans les cures naturopathiques
- Avoir expérimenté les outils et techniques majeures naturopathiques
- Avoir initié une démarche personnelle pour une meilleure compréhension de soi et une amélioration de son hygiène de vie, dans le but de pouvoir conseiller ses futurs clients avec pertinence et cohérence.
- Être capable d'établir un bilan de vitalité et de terrain
- Avoir intégré les connaissances fondamentales dans les techniques majeures
- Être capable de conseiller et réaliser un massage bien-être
- Être capable de conseiller une technique réflexe adaptée
- Être capable de réaliser, conseiller et guider un exercice de respiration et une séance de relaxation

### Objectifs en fin de Niveau 2

A la fin du 2<sup>ème</sup> tiers de la formation, le stagiaire devra :

- Avoir approfondi ses connaissances des grands principes de l'hygiène vitale en naturopathie holistique
- Avoir appris l'anatomie et la physiologie de la plupart des systèmes du corps humain et savoir lire un bilan biologique courant
- Avoir intégré l'importance de l'empathie et de la pédagogie dans la relation au client
- Avoir approfondi ses compétences en bilan de vitalité et de terrain par la pratique et l'intégration de la pulsologie et de l'iridologie

- Être capable de réaliser, conseiller, expliquer et guider des exercices de respiration et des exercices physiques adaptés
- Savoir réaliser une technique réflexe selon un protocole adapté
- Être capable d'individualiser des conseils d'hygiène de vie dans les techniques majeures naturopathiques
- Être capable de diriger vers le psychothérapeute approprié le cas échéant
- Être capable de conseiller et enseigner des techniques d'hydrologie pertinentes et adaptées à l'environnement de chacun
- Avoir intégré les connaissances en phyto et aroma de terrain
- Avoir compris la structure d'une consultation en naturopathie

### Objectifs en fin de formation

A la fin de la formation, le stagiaire devra :

- Avoir appris l'ensemble des pathologies étudiées en naturopathie : d'exclusion, d'accompagnement intégratif, d'accompagnement naturopathique ainsi que le terrain correspondant
- Avoir compris le rôle du naturopathe, ses limites et sa déontologie
- Avoir acquis le savoir-être nécessaire face à son client : empathie, pédagogie, exemplarité, gestion du transfert...
- Être capable de structurer une consultation dans une durée limitée
- Être capable d'individualiser un programme d'hygiène de vie en fonction de chaque client : ses prédispositions, son tempérament, sa vitalité, son contexte personnel, son terrain, sa culture, ses moyens... en utilisant divers techniques et outils de bilan et de test.
- Être capable de comprendre la pathologie et le traitement d'un client, en proposant des conseils d'hygiène de vie efficaces, pertinents et complémentaires, sans entraver l'approche médicale en cours.
- Être capable de conseiller, expliquer et guider une pratique de respiration ou un exercice physique individualisé
- Être capable de conseiller, expliquer et réaliser un soin individualisé, en techniques manuelles et réflexes
- Être capable d'identifier un cas d'exclusion et le diriger immédiatement vers le soignant adapté
- Être capable de diriger en complémentarité, vers le bon médecin, thérapeute ou praticien en médecine naturelle
- Être capable de construire son projet professionnel et de créer sa structure

### Prérequis pour suivre la formation

- Avoir 23 ans révolus le 1er jour de la formation
- Être titulaire du baccalauréat

### Nombre de personnes pouvant suivre la formation

- En formule intensive semaine (3j./semaine pendant 16 mois) : 30 stagiaires max
- En formule semi-intensive semaine (2j./semaine pendant 24 mois) : 30 stagiaires max

- En formule week-end (24 week-end par an pendant 36 mois) : 50 stagiaires max

### Méthodes pédagogiques utilisées

- La formation se déroule en présentiel à 100% (sauf cas liés à la situation COVID)
- Cours magistraux
- Cours pratiques avec clients volontaires
- Pédagogie interactive durant les cours
- Travail en sous-groupe
- Séjour d'immersion de 4 jours
- Stage d'été avec clients volontaires de 6 jours
- Mise en pratique individuelle ou en groupe

### Suivi et méthodes d'évaluation

#### Suivi des stagiaires

- Entretien individuel au séjour d'immersion (fin de niveau 1)
- Entretien individuel au stage pratique d'été (fin de niveau 2)

#### Méthodes d'évaluation

- Evaluation orale des acquis en fin de cours par le formateur (à la fin de chaque cours)
- Animation de pratiques quotidiennes évaluées
- Evaluation écrite et orale de fin de niveau 1
- Evaluation écrite et orale de fin de niveau 2
- Evaluation écrite et orale de fin de formation
- Rédaction et soutenance d'un mémoire de fin de formation

### Programme détaillé de la formation

#### Niveau 1 – programme :

##### Présentation générale et aide à l'apprentissage (8h)

##### Sciences fondamentales (52h)

- Biochimie
- Etude de la cellule
- Anatomie-physiologie de l'appareil digestif
- Anatomie-physiologie de l'appareil respiratoire
- Anatomie-physiologie de l'appareil cardiovasculaire et lymphatique
- Repérages anatomiques et palpation
- Etude du sommeil et clés naturopathiques

##### Stratégie naturopathique (24h)

- Méthodologie appliquée aux connaissances de niveau 1
- Méthodologie et clinique appliquée aux troubles du transit, diarrhée, constipation.



### **Pratique de la consultation (12h)**

- Mini-bilan
- Méthodologie appliquée aux connaissances de niveau 1, dont premières approches rédigées du PHV.

### **Naturopathie générale (28h)**

- Historique
- Hygiène vitale et philosophie vitaliste, humorisme et causalisme
- Cures et techniques naturopathiques

### **Bilan vital naturopathique (28h)**

- Constitutions, tempéraments, diathèses et vitalométrie : théorie et TPD

### **Iridologie de terrain (16h)**

### **Hygiène vitale holistique (20h)**

- Hygiène vitale holistique, anthropologie holistique, systémique, science et conscience

### **Nutrition (72h)**

- Etude des macronutriments : protides lipides et glucides
- Etude des micronutriments : vitamines, minéraux et oligo-éléments, phytonutriments
- Etude critique des différents régimes et aliments sujets à caution
- Supers aliments et aliments de complément
- Etude théorique du jeûne, des monodiètes (dont intérêt pharmacodynamique des aliments) et des cures diététiques
- Alimentation du bébé, de l'enfant et de l'adolescent
- Approche énergétique de l'alimentation : Yin-yang, esséniens, anthroposophie, radiesthésie, ayurvéda...

### **Activités physiques (8h)**

- Activités physiques en naturopathie : premières approches théoriques et pratiques

### **Psychologie (32h)**

- Concepts fondamentaux : les 3 cerveaux Mac lean, les 2 hémisphères, SN entérique, 3ème et 4ème cerveau.
- Les pères fondateurs, leurs éclairages sur la psychée humaine
- Psychosomatique et somatopsychique : symbolisme du corps humain et des pathologies...
- Caractères, personnalité, structures pathologiques et névroses.

### **Hygiène et culture respiratoire : théorie et TPD (8h)**

### **Hydrologie (8h)**

- Histoire, physio et différentes techniques à l'eau chaude, à l'eau froide
- Place de l'hydro dans les cures naturopathiques

### **Techniques manuelle (24h)**

- Massage californien
- Sympatico

### **Relaxologie (24h)**



- La relaxologie en naturopathie
- Training autogène de Schultz et méthode Jacobson
- Les bases de la sophrologie appliquées au stress
- Physiopatho du stress, burn out, stress post traumatique

#### **Compléments alimentaires et végétaux (4h)**

- Les elixirs floraux

#### **Séjour d'immersion (32h)**

- Expérimentation pratique en groupe des techniques naturopathiques : alimentation, exercices physiques, hydro, relaxation, respiration...

#### **Examen oral et écrit de niveau 1 (8h)**

### **Niveau 2 – programme :**

#### **Sciences fondamentales (136h)**

- Anatomie-physiologie de l'appareil urinaire
- Anatomie-physiologie du système hormonal
- Anatomie-physiologie de l'appareil génital (féminin et masculin)
- Anatomie-physiologie du système nerveux
- Anatomie-physiologie de l'appareil locomoteur
- Repérages anatomiques et palpation
- Pathologies générales et d'exclusion du système nerveux et modulation des neuro-transmetteurs
- Hématologie
- Anatomie-physiologie des 5 sens
- Pathologies générales et d'exclusion : pneumologie non-infectieuse
- Pathologies générales et d'exclusion des troubles respiratoires
- Pathologies générales et d'exclusion en uronéphrologie
- Pathologies générales et d'exclusion en gastro-entérologie
- Pathologies générales et d'exclusion dermatomogiques

#### **Stratégie naturopathique (28h)**

- Réflexes naturopathiques pratiques
- Stratégie naturopathique des troubles respiratoires
- Stratégie naturopathique des troubles dermatologiques
- Stratégie naturopathique des affections neurologiques
- Stratégie naturopathique des troubles gastro-entérologiques
- Acidose et clés naturopathiques
- Méthodologie et clinique appliquées aux céphalées et migraines
- Méthodologie et clinique appliquées aux troubles vasculaires
- Méthodologie et clinique appliquées, dont intégration de l'énergétique chinoise
- Hygiène vitale de la grossesse : embryologie, pathologie d'exclusion, psychologie de la femme enceinte et du post partum...
- Stratégie naturopathique face à quelques pathologies courantes



### **Pratique de la consultation (32h)**

- Méthodologie appliquée aux connaissances de 2° année
- Conduite de la consultation et pièges à éviter
- Réalisation de bilans et de PHV avec clients présents

**Bilans biologiques courants : NFS, VS, urée, cholestérol, triglycérides, ECBU, ECBV, copro... (12h)**

### **Approfondissement du bilan vital naturopathique (4h)**

### **Pulsologie et énergétique chinoise (20h)**

- Introduction à l'énergétique chinoise : Yin/yang, les 5 éléments, correspondances et loges énergétiques..., premiers repérages de points...
- Pulsologie et bilan énergétique en naturopathie

### **Iridologie de terrain (16h)**

### **Nutrition (20h)**

- Radicaux libres, antioxydants, cure anti-radicalaire
- Alimentation individualisée et stratégie nutritionnelle appliquées aux terrains naturopathiques et pathologiques

### **Activités physiques (20h)**

- Pédagogie du mouvement
- Approches physiologique, nutritionnelle et micro-nutritionnelle
- Révisions

### **Psychologie (20h)**

- Panorama des psychothérapies Pensée positive, spasmophilie...
- Dépression et accompagnement en naturopathie, troubles de la sphère sexuelle
- Clés de relation d'aide

### **Hygiène et culture respiratoire (16h)**

- Concept de centrage selon K.G. DÜRCKHEIM...
- Révisions, approfondissements et TPD

### **Méthodes d'hydrologie clinique (4h)**

### **Techniques manuelles (16h)**

- Auriculo
- Sympatico
- Massage Maure

### **Relaxologie (4h)**

- Sophrologie appliquée à la naturopathie : approfondissements, utilisation des visualisations

### **Phyto/aroma (40h)**

- Éléments de bio-pharmacologie en phyto

- Etude des espèces émonctorielles et de la galénique en phyto
- Etude des différents tropismes des plantes. Etude systémique en naturopathie
- Critique méthodologique de l'aromathérapie classique
- Les 4 vertus aromatiques classiques selon PV Marchesseau ; confirmations bioélectroniques
- Apports scientifiques des chromatographies modernes
- Classement aromatique des huiles essentielles par famille biochimique
- La galénique en aroma

### **Compléments alimentaires et végétaux en naturopathie : Gemmo, litho, organo... (4h)**

### **Examen oral et écrit de niveau 2 (8h)**

### **Niveau 3 – programme :**

#### **Sciences fondamentales (124h)**

- Anatomie-physiologie du système immunitaire
- Anatomie-physiologie-pathologie du foie
- Pathologies générales et d'exclusion des endocrines
- Pathologies infectieuses et sémiologie d'exclusion
- Pathologies générales et d'exclusion en rhumatologie et troubles ostéo-articulaires
- Pathologies générales et d'exclusion cardiovasculaires
- Pathologies métaboliques
- Pathologies émergentes
- Pathologies générales et d'exclusion pédiatriques
- Sexologie, contraception, ménopause et andropause
- Allergologie
- Pathologies générales et d'exclusion en ophtalmologie et gynécologie / andrologie
- Eléments de cancérologie : terrain, aide au dépistage et au suivi thérapeutique
- Gériatrie/gérontologie

#### **Stratégie naturopathique (36h)**

- Stratégie naturopathique des troubles ostéo-articulaires
- Stratégie naturopathique des allergies
- Stratégie naturopathique en ophtalmologie et gynécologie / andrologie
- Stratégie naturopathique en pédiatrie
- Méthodologie et clinique appliquées aux pathologies de la femme enceinte
- Stratégies immuno-modulantes en naturopathie
- Applications cliniques et hygiéno-thérapeutiques des troubles hépatiques
- Méthodologie et clinique appliquées aux problèmes de poids, syndrome X, syndrome métabolique
- Cholestérol dyslipidémies et diabétologie en naturopathie
- Réponses en naturopathie aux terrains cardiovasculaires
- Méthodologie et clinique appliquées aux troubles andrologiques et gynécologiques
- Méthodologie et clinique appliquées aux troubles inflammatoires
- Méthodologie et clinique appliquées aux pathologies auto-immunes



- Méthodologie et clinique appliquées à des cas psychopathologiques
- Méthodologie et clinique appliquées : compléments alimentaires et végétaux, systémique et cohérence

**Pratique de la consultation avec clients présents dont stage pratique d'été (84h)**

**Bilans biologiques et de terrain : bioélectronique, cristallisations... (4h)**

**Pulsologie et énergétique chinoise : révisions et approfondissements (4h)**

**Iridologie de terrain (24h)**

**Nutrition (16h)**

- Concept orthomoléculaire (vitamines, minéraux), enzymes et acides aminés
- Approche psycho-émotionnelle de l'alimentation

**Activités physiques (16h)**

- Accompagner ou coacher les sportifs en naturopathie
- Travail énergétique et approche somato-transpersonnelle en naturopathie

**Psychologie (24h)**

- Des névroses aux psychoses. Pathos d'exclusion & législation
- Clés pratiques de TCC et intro aux techniques de pleine conscience
- Relation d'aide & fonction transpersonnelle du thérapeute
- Le transfert en consultation

**Hygiène et culture respiratoire : révisions et approfondissements (4h)**

**Aromatologie et psycho-énergétique des huiles essentielles (8h)**

**Magnétologie (4h)**

**Compléments alimentaires et végétaux (8h)**

**Interactions en compléments alimentaires, plantes et médicaments (8h)**

**Santé de l'habitat (8h)**

**Installation professionnelle et déontologie (20h)**



## PARCOURS DE FORMATION EN NATUROPATHIE DU CENATHO

