Praticien de santé naturopathe Niveau 1

Non-certifiante | Formation continue

Réf. : 25163629F — Mise à jour : 16 juillet 2026

Organisme responsable : **CENATHO**

Présentation de la formation

Objectifs

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

Programme

Présentation générale et aide à l'apprentissage
Sciences fondamentales
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)
Pratique du bilan naturopathique Méthodologie appliquée aux connaissances de niveau 1, dont premières approches rédigées du PHV.
Naturopathie générale
Historique
Hygiène vitale et philosophie vitaliste, humorisme et causalisme
Cures et techniques naturopathiques
Bilan vital naturopathique
Constitutions, tempéraments, diathèses et vitalométrie : théorie et TPD

Iridologie de terrain
Nutrition
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
Activités physiques
Activités physiques en naturopathie : premières approches théoriques et pratiques
Psychologie
Concepts fondamentaux
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
Hydrologie
Histoire, physio et différentes techniques à l'eau chaude, à l'eau froide
Place de l'hydro dans les cures naturopathiques
Techniques manuelle
Massage californien
Sympatico
Relaxologie
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
Les elixirs floraux
Séjour d'immersion
Expérimentation pratique en groupe des techniques naturopathiques : alimentation, exercices physiques, hydro, relaxation, respiration…
Examen oral et écrit de niveau 1

Certifications préparées et métiers visés

Niveau d'entrée	Niveau de sortie
Niveau Bac général, pro ou techno, BP	**Sans niveau spécifique**

Métiers associés

K1103 — Développement personnel et bien-être de la personne

Dates et lieux de formation

N° session	Modalité	Lieu	Du	Au
2023527S	Mixte	Cesson-Sévigné	09/04/2026	21/03/2027
2304809S	Mixte	Cesson-Sévigné	07/10/2026	30/04/2027
2348584S	Mixte	Cesson-Sévigné	08/03/2027	30/09/2027
2348585S	Mixte	Cesson-Sévigné	10/05/2027	30/03/2028

Source : GREF Bretagne #25163629F