



CENTRE PRÉVENTION ET SANTÉ

La Mandorle

Ecole Suisse de Naturopathie

Formation complète de nutrition

Importance de la nutrition au 21^e siècle

"Que ton aliment soit ton seul médicament" Hippocrate

Toutes les grandes médecines traditionnelles utilisent la diététique en tant qu'outil thérapeutique.

Qu'elle soit chinoise ou ayurvédique par exemple, la connaissance médicale fait appel à l'introduction, la réduction ou la suppression de certains aliments spécifiques dans le cadre des prescriptions face aux diverses pathologies, et ce versant des médecines est étayé par :

- ❖ une expérience millénaire
- ❖ des écrits précis
- ❖ un usage systématique
- ❖ des résultats témoignés

Qu'en est-il chez nous ?

Le bébé actuel est accompagné dans ses premiers mois de vie par une alimentation réfléchie, des pesées de contrôle, des conseils professionnels. Puis, à l'âge de la diversification, les différents aliments sont ajoutés avec plus ou moins de précautions, puis l'enfant mange de tout.

Que cela signifie-t-il au 21^e siècle ?

Qu'un petit d'homme va faire l'expérience des différents goûts, textures et sensations dans le cadre de notre alimentation actuelle, expérience portée par ses parents, principalement, selon leurs choix personnels faits de leurs connaissances théoriques et de leur budget.

Une "alimentation conforme à l'espèce" s'éloigne de plus en plus de nos assiettes avec le développement industriel agro-alimentaire, et nous assistons parallèlement à l'émergence de pathologies de plus en plus graves, et d'enfants atteints de maladies d'adultes (polyarthrite, diabète, cancer, surpoids...).

Manger 3 à 4 fois par jour correspond à une prescription magistrale régulière, dont les effets sur le renouveau cellulaire, les fonctions organiques ou l'engraissement tissulaire sont actuellement prouvés par des recherches scientifiques poussées et des écrits médicaux (Dr Catherine Kousmine, Dr Jean Seignalet par exemple).

Une formation en naturopathie se doit de dispenser des connaissances dans ce domaine.

Un suivi diététique remplacera ou accompagnera efficacement les prescriptions naturopathiques des professionnels attentifs à l'hygiène de vie de leurs patients.



CENTRE PRÉVENTION ET SANTÉ

La Mandorle

Ecole Suisse de Naturopathie

Formation complète de nutrition

Programme des cours 1^{er} semestre : A

Bastienne MERCIER	2 j	Les bases
Bastienne MERCIER	1 j	Pathologies intestinales et pathologies liées.
Bastienne MERCIER	1 j	Acide-base + régimes alimentaires.
Bastienne MERCIER	1 j	Pratiques alimentaires I à Treycovagnes
Bastienne MERCIER	1 j	Cures et drainages
Bastienne MERCIER	1 j	Agés de la femme et alimentation
Mary-Claire JEANNET	1 j	Stress oxydatif et alimentation des seniors.
Bastienne MERCIER	1 j	Hospitalisation et pathologies graves
Bastienne MERCIER	1 j	Retour de cures et jeûnes
Total	10 j	75 heures

Programme des cours 2^{ème} semestre : B

Anthony BERTHOU	1 j	Poids et diabète
Anthony BERTHOU	1 j	Cardiovasculaire et alimentation
Anthony BERTHOU	1 j	Alimentation enfants, ados et TDAH
Anthony BERTHOU	2 j	Micro-nutrition
Anthony BERTHOU	2 j	Les enjeux mondiaux de l'alimentation
Anthony. BERTHOU	1 j	Micro-nutrition et alimentation du sportif
Bastienne MERCIER	1 j	Pratiques alimentaires II à Treycovagnes
Patrick SEBBAGH	1 j	Les acides aminés
Patrick SEBBAGH	2 j	Vitamines et oligo-éléments
Total	12 j	90 heures

Soit au total

165 heures de formation en Nutrition