

## Programme Formation

### « Développer, soutenir et protéger les fonctions cognitives de l'enfance à la maturité »

#### Objectifs et compétences visées

- Comprendre comment développer et soutenir les fonctions cognitives dès l'enfance
- Comprendre comment protéger du déclin cognitif en augmentation constante dans les sociétés modernes
- Faire le point sur les diverses techniques d'hygiène de vie pouvant être mises en œuvres de l'enfance à la maturité

#### Pré-requis pour suivre la formation

- Naturopathe en dernier niveau d'écoles reconnues par l'OMNES (minimum 1200h de formation)
- Naturopathe diplômé.e. d'écoles reconnues par l'OMNES (minimum 1200h de formation)

#### Méthode et lieu de la formation

- Méthode : 100% en visioconférence synchrone

#### Durée de l'action de formation

- La formation se déroulera sur : 1 jour (8h)

#### Les intervenants

Claudine Richard, naturopathe-formatrice au CENATHO et diplômée des instituts Hippocrate et Ann Wigmore

#### Nature de l'action au sens de l'article L.6313-1 du code du travail

Les actions de formation.

#### Moyens / méthodes pédagogiques

- Cours théoriques,
- Exercices, cas pratiques

## Programme

### Matinée :

- Le point sur les fonctions cognitives et les différents facteurs pouvant entrainant troubles et déclin cognitifs
- L'alimentation du cerveau pour des fonctions cognitives optimales
- Un temps de questions-réponses à la fin de la matinée

### Après-midi :

- Les autres leviers essentiels d'hygiène de vie pour protéger son système nerveux
- Le point sur les substances nootropiques et la complémentation spécifique
- Un temps de questions-réponses et de partages d'expériences à la fin de cette partie

## Moyens permettant d'apprécier les résultats de l'action

- QCM en fin de formation

## Nature de la sanction de l'action de formation

Attestation mentionnant les objectifs, la nature et la durée de l'action et les résultats de l'évaluation des acquis de la formation est remise au stagiaire à l'issue de la formation.

## Accessibilité et handicap

Pour toute personne en situation de handicap souhaitant suivre la formation et dont le dossier aura été accepté, le référent handicap a en charge l'adaptation des modalités de formation et d'évaluation adaptées.

### CENATHO