



Sommeil
2 jours : samedi 9 et dimanche 10 janvier 2021

Intervenant : Marie Kermagoret, Naturopathe

Objectif :

Comprendre les mécanismes du sommeil, les principales sources de perturbation et l'accompagnement spécifique du naturopathe dans le cadre d'une stratégie de cure globale et de renforcement du terrain.

Contenu :

Mécanismes du sommeil, hormones du sommeil et neurotransmetteurs - Sommeil des enfants, adolescents et personnes âgées – Approche anthroposophique du sommeil – La science des rêves - Fonctions et sources de perturbations du sommeil – Les maladies du sommeil vues par l'allopathie et ses réponses – Le sommeil et la naturopathie – Les plantes, les élixirs floraux - les ressources naturelles – La sieste – Synthèse sur la relaxation adaptée aux tempéraments en naturopathie, avantages et limites des techniques envisagées - Autres outils : grille des schémas répétitifs – Comportement physiologique et psychologique de l'organisme pendant le sommeil - Rythmes personnels et habitudes – Facteurs d'endormissement - Insomnie : formes, causes, réponses allopathiques et naturopathiques - Pratique de la relaxation.

Lieu et horaires :

ISUPNAT 23, rue Daubenton 75005 Paris (métro Censier Daubenton OU Austerlitz OU Jussieu) **ET/OU par visio-conférence en direct en fonction des conditions sanitaires**

Samedi 9h30 à 18h15 : accueil dès 9h00 – dimanche 9h00 à 17h45

Tarif (inscription individuelle) : 320 euros pour les 2 jours de formation

Pour s'inscrire : <https://isupnat-naturopathie.fr/les-modules-a-la-carte-du-mois/>

ISUPNAT- Institut Supérieur de Naturopathie
23, rue Daubenton 75005 Paris
Téléphone : 01 40 86 96 10
Email : isupnatnaturopathie@gmail.com
Site internet : www.isupnat-naturopathie.fr



Bionutrition – approfondissement : de l'analyse à la synthèse
2 jours : mardi 12 et mercredi 13 janvier 2021

Intervenant : Dominique Hunka Gely, Naturopathe

Objectif :

Opérer des zooms analytiques sur les principaux aliments et les grands principes de biochimie digestive tout en gardant une approche globale d'alimentation santé.

Contenu :

Crudité, graines germées et réactions enzymatiques et digestives – Dangers du sucre raffiné et de synthèse : les alternatives à connaître – les huiles et les graisses saturées et insaturées trans – Pourquoi manger bio : les problèmes posés par les principaux produits phytosanitaires, OGM, additifs alimentaires, correcteurs de goût, arômes de synthèse – Le lait et les produits laitiers : problèmes posés par une consommation excessive et autres sources de calcium à connaître – Céréales : le gluten est-il coupable ? Contenu nutritionnel des principaux aliments : quels intérêts mais aussi quelles limites par rapport aux compléments alimentaires ? - Inconvénients et dangers présentés par les principaux « régimes » - Comment concilier alimentation végétarienne et absence de carence ? – La dissociation alimentaire : pourquoi cela marche ? Pourquoi uniquement l'insérer dans une cure de désintoxication – Alimentation spécifique enfants, femme enceinte et personnes âgées – Que faut-il penser du soja, du vin rouge ? Plus que les aliments, un environnement nutritionnel adapté pour bien digérer.

Lieu et horaires :

ISUPNAT 23, rue Daubenton 75005 Paris (métro Censier Daubenton OU Austerlitz OU Jussieu) **ET/OU par visio-conférence en direct en fonction des conditions sanitaires**

En semaine 9h15 à 18h : accueil dès 8h50

Tarif (inscription individuelle) : 320 euros pour les deux jours de formation

Pour s'inscrire : <https://isupnat-naturopathie.fr/les-modules-a-la-carte-du-mois/>

ISUPNAT- Institut Supérieur de Naturopathie
23, rue Daubenton 75005 Paris
Téléphone : 01 40 86 96 10
Email : isupnatnaturopathie@gmail.com
Site internet : www.isupnat-naturopathie.fr



Autonomie, écologie et prévention santé
1 jour : mercredi 13 janvier 2021

Intervenant : Jean-Philippe Dellamonica, Naturopathe

Objectif :

Comprendre comment l'individu peut cheminer vers une plus grande autonomie en ayant une prise de conscience de sa responsabilité face à lui-même et à sa santé.

Besoin d'un retour à la nature, besoin de réduire son empreinte écologique, besoin de vivre tout simplement de manière plus authentique, ou tout simplement besoin de redécouvrir les choses simples de la vie, en lien avec les cycles de la Nature et en se rapprochant des méthodes et techniques hygiénistes de nos anciens.

Contenu :

Bilan de la situation éco-planétaire d'un point de vue des ressources naturelles, climatiques, et écologique.

Peut-on devenir autonome dans un monde moderne rempli d'interactions ?

Panorama des expériences de vie alternative en autonomie.

L'autonomie alimentaire, en eau et en énergie.

Panorama des techniques naturopathiques autonomes visant à maintenir l'individu en bonne santé.

Lieu et horaires :

ISUPNAT 23, rue Daubenton 75005 Paris (métro Censier Daubenton OU Austerlitz OU Jussieu) **ET/OU par visio-conférence en direct en fonction des conditions sanitaires**

En semaine 9h15 à 18h : accueil dès 8h50

Tarif (inscription individuelle) : 160 euros pour la journée de formation

Pour s'inscrire : <https://isupnat-naturopathie.fr/les-modules-a-la-carte-du-mois/>

ISUPNAT- Institut Supérieur de Naturopathie
23, rue Daubenton 75005 Paris
Téléphone : 01 40 86 96 10
Email : isupnatnaturopathie@gmail.com
Site internet : www.isupnat-naturopathie.fr



Hygiène de vie, argile et vieux remèdes oubliés
2 jours : jeudi 14 et vendredi 15 janvier 2021

Intervenant : Marie Kermagoret, Naturopathe

Objectif : Approfondir la compréhension, le conseil opérationnel auprès des clients et la mise en pratique en situation de consultation de bilan de vitalité en matière d'argile, bicarbonate, citron et vinaigre.

Contenu :

Présentation et vertus de l'argile : transmettre le savoir fondamental : Historique – Composition – Propriétés - Vertus prévention santé - L'argile, terre « intelligente » de captation des éléments vitaux - Interaction avec les éléments naturels : terre et eau. Savoir recommander l'argile en situation professionnelle : Prise en compte du terrain individuel : tempéraments et vitalité - Les différents modes d'action - Les différentes voies d'administration des différents types d'argile - Critères de qualité - Usages internes et usages externes. Savoir maîtriser l'utilisation de l'argile dans le cadre du bilan de vitalité : Insérer son utilisation dans l'objectif de la cure - Interactions possibles avec les autres techniques de naturopathie- applications possibles à certains types de terrains dévitalisés, surchargés et carencés à l'extrême - Savoir maîtriser les autres « vieux remèdes oubliés » : bicarbonate, citron et le vinaigre dans la pratique du naturopathe : Présentation des différents produits - Compréhension de leurs propriétés, actions et vertus au service de la prévention santé - Utilisation dans les différentes cures en tenant compte de la vitalité et du tempérament du client - Mises en situation pratiques.

Lieu et horaires :

ISUPNAT 23, rue Daubenton 75005 Paris (métro Censier Daubenton OU Austerlitz OU Jussieu) **ET/OU par visio-conférence en direct en fonction des conditions sanitaires**

En semaine 9h15 à 18h : accueil dès 8h50

Tarif (inscription individuelle) : 320 euros pour les 2 jours de formation

Pour s'inscrire : <https://isupnat-naturopathie.fr/les-modules-a-la-carte-du-mois/>

ISUPNAT- Institut Supérieur de Naturopathie
23, rue Daubenton 75005 Paris
Téléphone : 01 40 86 96 10
Email : isupnatnaturopathie@gmail.com
Site internet : www.isupnat-naturopathie.fr



Aromatologie appliquée : utilisation des huiles essentielles
1 jour : jeudi 14 janvier 2021

Intervenant : Marie Ponsa, Naturopathe

Objectif :

Approfondir la compréhension et le conseil opérationnel des huiles essentielles en situation de consultation de bilan de vitalité

Contenu : Les différentes voies d'administration : orale, cutanée, nasale, intestinale, rectale et vaginale - Étude des huiles essentielles de base utilisées en naturopathie - Composition pour bains, massages et aérosols - Choix des essences et gamme – Etudes de cas en situation du bilan de vitalité- Effets et synergies sur les cellules, le terrain, le système immunitaire, les microbes, bactéries et virus - Choix des essences en fonction des divers dérèglements physiologiques- Aromatologie pratique- Approfondissement des propriétés biochimiques- Application pratique- Approche olfactive des huiles essentielles- Etude de cas cliniques.

Condition et prérequis : avoir suivi la formation d'aromatologie générale

Lieu et horaires :

ISUPNAT 23, rue Daubenton 75005 Paris (métro Censier Daubenton OU Austerlitz OU Jussieu) **ET/OU par visio-conférence en direct en fonction des conditions sanitaires**

En semaine 9h15 à 18h : accueil dès 8h50

Tarif (inscription individuelle) : 160 euros pour la journée de formation

Pour s'inscrire : <https://isupnat-naturopathie.fr/les-modules-a-la-carte-du-mois/>

ISUPNAT- Institut Supérieur de Naturopathie
23, rue Daubenton 75005 Paris
Téléphone : 01 40 86 96 10
Email : isupnatnaturopathie@gmail.com
Site internet : www.isupnat-naturopathie.fr



Techniques respiratoires
1 jour : samedi 16 janvier 2021

Intervenant : Sandrine Frappier, Naturopathe

Objectif :

Comprendre et maîtriser les différentes techniques respiratoires dans une logique de revitalisation. Être capable de pouvoir les recommander en situation de bilan de vitalité et de la mettre en pratique de façon opérationnelle auprès du client.

Contenu :

De l'art du souffle (Ruffier, Desbonnet, Hanish,...) aux techniques respiratoires modernes (plent, Bol d'air Jaquier, bain d'ozone, cohérence cardiaque...) et au Pranayama du Yoga ; qualité de l'air, ionisation, arôme - influence de la respiration sur la totalité de la physiologie- Grands principes d'introduction : respirer pour mieux vivre ; respirer c'est quoi ? Respiration et gestion de stress ; respiration et fonction vitale - La sagesse du souffle et médecine hippocratique et médecine indienne - Le Prana comme énergie subtile - Rappels anatomiques-physiologiques du système neuro-végétatif. Effets physiologiques de la respiration – Effets psychologiques de la respiration- Respiration et pleine conscience – Divers Pranayamas (exercices de respiration) permettent aux flux de Prana de circuler et revitalisent ainsi l'ensemble du système nerveux. Applications : prendre conscience de sa respiration ; respiration ventrale ; respiration ressources ; respiration dynamique – Le modèle R.E.S.P.I.R.E. – Tests de respiration – Régulation de la respiration et augmentation de l'alimentation en oxygène et en énergie vitale – Respiration et paix intérieure.

Lieu et horaires :

ISUPNAT 23, rue Daubenton 75005 Paris (métro Censier Daubenton OU Austerlitz OU Jussieu) **ET/OU par visio-conférence en direct en fonction des conditions sanitaires**

Samedi 9h15 à 18h

Tarif (inscription individuelle) : 160 euros pour la journée de formation

Pour s'inscrire : <https://isupnat-naturopathie.fr/les-modules-a-la-carte-du-mois/>

ISUPNAT- Institut Supérieur de Naturopathie
23, rue Daubenton 75005 Paris
Téléphone : 01 40 86 96 10
Email : isupnatnaturopathie@gmail.com
Site internet : www.isupnat-naturopathie.fr



Techniques de revitalisation
1 jour : dimanche 17 janvier 2021

Intervenant : Anne-Victoria Fargepallet, Naturopathe

Objectif :

Comprendre comment se régénérer au contact des différents éléments naturels et vitalogènes: actinologie, magnétologie, pneumologie, réflexologie,...

Contenu :

Force vitale et techniques vitalogènes - Utilisation des éléments du milieu naturel porteur d'énergie vitale : actinologie, pneumologie, magnétologie et fluides, réflexologie - Réflexologie et techniques réflexes : choix, support et finalité – Schémas des réflexes – les différentes techniques pour recharger le corps minéral, vital, mental et spirituel - Psychologie avec les incidences somato-psychiques et psychosomatiques – Appréciation de la pensée – Rôle du psychologue et spécificités du naturopathe - Relaxation et libération du cortex - Rôles et importance des glandes endocrines dans la revitalisation - Courants électriques et négativation – Pneumologie et méthodes d'oxygénation.

Lieu et horaires :

ISUPNAT 23, rue Daubenton 75005 Paris (métro Censier Daubenton OU Austerlitz OU Jussieu) **ET/OU par visio-conférence en direct en fonction des conditions sanitaires**

dimanche 9h15 à 18h

Tarif (inscription individuelle) : 160 euros pour la journée de formation

Pour s'inscrire : <https://isupnat-naturopathie.fr/les-modules-a-la-carte-du-mois/>

ISUPNAT- Institut Supérieur de Naturopathie
23, rue Daubenton 75005 Paris
Téléphone : 01 40 86 96 10
Email : isupnatnaturopathie@gmail.com
Site internet : www.isupnat-naturopathie.fr



Hygiène vitale et naturopathie
2 jours : lundi 18 et mardi 19 janvier 2021

Intervenants : Michel Girou, Naturopathe

Objectif :

Replacer la naturopathie dans le contexte des différentes médecines et expliquer les grands principes de l'hygiène vitale et le rôle du naturopathe dans l'entretien de l'énergie vitale et le principe d'auto-guérison.

Contenu :

Fondements de la naturopathie et place du naturopathe dans la recherche et l'entretien de la santé Place de la naturopathie dans le contexte médical (Allopathie, Homéopathie) - Historique de la naturopathie et de l'allopathie - Approche holistique – Principes fondateurs de la naturopathie – Notions de terrain et de force vitale - Philosophie du vitalisme - Grands principes pour se maintenir en santé - Exigences biologiques du corps - Causes des troubles et des dysfonctionnements organiques – Principe de l'auto-guérison - Déontologie de l'éducateur de santé et du praticien de santé-naturopathe.

Lieu et horaires :

ISUPNAT 23, rue Daubenton 75005 Paris (métro Censier Daubenton OU Austerlitz OU Jussieu) **ET/OU par visio-conférence en direct en fonction des conditions sanitaires**

En semaine 9h15 à 18h : accueil dès 8h50

Tarif (inscription individuelle) : 320 euros pour les 2 jours de formation

Pour s'inscrire : <https://isupnat-naturopathie.fr/les-modules-a-la-carte-du-mois/>

ISUPNAT- Institut Supérieur de Naturopathie
23, rue Daubenton 75005 Paris
Téléphone : 01 40 86 96 10
Email : isupnatnaturopathie@gmail.com
Site internet : www.isupnat-naturopathie.fr



Iridologie de terrain : renforcement
3 jours : mercredi 20 janvier, vendredi 29 janvier et mercredi 3 février 2021 OU
mercredi 20 janvier, jeudi 4 février et vendredi 5 février 2021

Intervenant : Oriane Koziel, Naturopathe

Objectif :

Comprendre comment est utilisée l'iridologie dans un bilan de vitalité dans le cadre d'une stratégie globale d'appréciation de la vitalité et du terrain. Mise en pratique de l'iridologie de terrain par de nombreuses études de cas tirées de la pratique professionnelle.

Contenu :

Fondements, grands principes et limites – Histoire et évolution de l'iridologie - Etude de l'iris de l'œil - Transmissions réflexes, nerveuses et circulatoires - Densité de la trame et relief – Différentes constitutions : principales caractéristiques et prédispositions – Analyse des zones circulaires - Observation et interprétation des vacuoles, rayons, lacunes, arcs nerveux, couleurs et taches - Iridologie et diathèses - Evaluation de la vitalité, des surcharges, du terrain inflammatoire, lésionnel, chronique – Analyse et appréciation de l'état des organes – Iridologie et métabolisme des acides, lipides et minéraux - Topographies des différents auteurs – Iridologie et bilan de vitalité – Protocole du bilan iridologique et mises en pratique.

Lieu et horaires :

ISUPNAT 23, rue Daubenton 75005 Paris (métro Censier Daubenton OU Austerlitz OU Jussieu) **ET/OU par visio-conférence en direct en fonction des conditions sanitaires**

Prérequis et conditions : avoir suivi la formation d'iridologie (1^{ère} partie)

En semaine 9h15 à 18h : accueil dès 8h50

Tarif (inscription individuelle) : 480 euros pour les 3 jours de formation

Pour s'inscrire : <https://isupnat-naturopathie.fr/les-modules-a-la-carte-du-mois/>

ISUPNAT- Institut Supérieur de Naturopathie
23, rue Daubenton 75005 Paris
Téléphone : 01 40 86 96 10
Email : isupnatnaturopathie@gmail.com
Site internet : www.isupnat-naturopathie.fr



Psychologie

2 jours : samedi 23 et dimanche 24 janvier 2021

Intervenant : Sandrine Haton, Naturopathe

Objectif :

Comprendre les grandes étapes de la constitution de la psyché, l'importance du terrain psychosomatique. Savoir reconnaître les principaux signes de dérèglement. Comprendre où doit s'arrêter l'accompagnement du naturopathe et où commence celle des psychologues ou du médecin.

Contenu :

Grandes étapes de la construction de la psyché au cours de notre vie : naissance, petite enfance, adolescence, relations sociales, situation familiale, travail, les différentes épreuves de la vie, avancée en âge et vieillesse - Importance du terrain psychosomatique et comment l'améliorer par les techniques naturelles dans le cadre des cures naturopathiques - Dimension de l'accompagnement psychique chez le praticien de santé naturopathe - Souffrance psychique et pathologies somatiques - Savoir reconnaître les principaux troubles psychiques : où s'arrête l'accompagnement du naturopathe? Où commence celle du psychologue ou du médecin psychiatre ? - Modalités d'intervention de la médecine d'urgence psychiatrique : spécificités et limites.

Lieu et horaires :

ISUPNAT 23, rue Daubenton 75005 Paris (métro Censier Daubenton OU Austerlitz OU Jussieu) **ET/OU par visio-conférence en direct en fonction des conditions sanitaires**

Samedi 9h30 à 18h15 : accueil dès 9h00 – dimanche 9h00 à 17h45

Tarif (inscription individuelle) : 320 euros pour les 2 jours de formation

Pour s'inscrire : <https://isupnat-naturopathie.fr/les-modules-a-la-carte-du-mois/>

ISUPNAT- Institut Supérieur de Naturopathie
23, rue Daubenton 75005 Paris
Téléphone : 01 40 86 96 10
Email : isupnatnaturopathie@gmail.com
Site internet : www.isupnat-naturopathie.fr



Cures et techniques
2 jours : lundi 25 et mardi 26 janvier 2021

Intervenant : Sandrine Frappier, Naturopathe

Objectif :

Comprendre comment les 10 techniques naturopathiques s'inscrivent dans les cures d'une manière globale et au service de l'objectif précis assigné par le thérapeute : désintoxiquer, revitaliser, stabiliser ou régénérer. Pas d'effets thérapeutiques recherchés ou de démarche de spécialisation.

Contenu :

Caractéristiques générales et spécificité des techniques – Les différentes techniques insérées dans le cadre des cures, au service d'une stratégie santé vitalité globale – Origine des techniques. Les principales causes de dysfonctionnement de l'organisme. Présentations des différentes cures : désintoxication, revitalisation, stabilisation, régénération. Techniques naturelles et effets synergiques au service de la santé - Approche synthétique par opposition à la démarche symptomatique de l'allopathie et d'autres médecines non conventionnelles.

Lieu et horaires :

ISUPNAT 23, rue Daubenton 75005 Paris (métro Censier Daubenton OU Austerlitz OU Jussieu) **ET/OU par visio-conférence en direct en fonction des conditions sanitaires**

En semaine 9h15 à 18h : accueil dès 8h50

Tarif (inscription individuelle) : 320 euros pour les 2 jours de formation

Pour s'inscrire : <https://isupnat-naturopathie.fr/les-modules-a-la-carte-du-mois/>

ISUPNAT- Institut Supérieur de Naturopathie
23, rue Daubenton 75005 Paris
Téléphone : 01 40 86 96 10
Email : isupnatnaturopathie@gmail.com
Site internet : www.isupnat-naturopathie.fr



Psycho-neuro-endocrinologie
2 jours : mercredi 27 et jeudi 28 janvier 2021

Intervenant : Sandrine Haton, Naturopathe

Objectif :

Comprendre les relations entre psyché et soma dans le cadre d'une utilisation équilibrée des différentes fonctions du cerveau et étudier l'importance de la dimension d'hygiène de vie pour améliorer le terrain psycho-émotionnel.

Contenu :

Définitions – Histoire- L'ADN : l'épigénétique ; les dernières recherches sur le transgénérationnel - Le postulat de l'homme gigogne et des corps subtils - L'émotionnel et le mental - Les travaux du XXème siècle sur les émotions et leurs implications sur le comportement et le développement des maladies - Les différents cerveaux et leurs liens avec les différents corps - Le QI « coefficient intellectuel » et le QE « coefficient émotionnel » - Les émotions, les pensées et les croyances - Les travaux des Dr Carl Rogers, Albert Ellis, Simonton, Yerkès et Dodson - Les circuits émotionnels - Les mécanismes en jeu entre les émotions et le corps – Psychosomatique - Les placébos et les nocébos - Les différents types de somas pouvant être issus du Psychisme - Sur le chemin de la santé mentale et émotionnelle : les lois biologiques humaines - le travail comportemental et émotionnel - le travail psychologique et les pensées normatives - le déchiffrement des conflits - La mise en place des changements - Les psychosomas dans le monde du travail

Lieu et horaires :

ISUPNAT 23, rue Daubenton 75005 Paris (métro Censier Daubenton OU Austerlitz OU Jussieu) **ET/OU par visio-conférence en direct en fonction des conditions sanitaires**

En semaine 9h15 à 18h : accueil dès 8h50

Tarif (inscription individuelle) : 320 euros pour les 2 jours de formation

Pour s'inscrire : <https://isupnat-naturopathie.fr/les-modules-a-la-carte-du-mois/>

ISUPNAT- Institut Supérieur de Naturopathie
23, rue Daubenton 75005 Paris
Téléphone : 01 40 86 96 10
Email : isupnatnaturopathie@gmail.com
Site internet : www.isupnat-naturopathie.fr