

# PROGRAMME DETAILLE DE FORMATION PRATICIENS NATUROPATHES

## **NIVEAU DE CONNAISSANCES PRÉALABLE REQUIS :**

Afin de suivre au mieux l'action de formation susvisée, le stagiaire est informé qu'il est nécessaire de posséder, avant l'entrée en formation les connaissances suivantes :

- Données élémentaires de la naturopathie : les grands principes fondateurs, la différence d'approche par rapport à l'allopathie, les grands principes du bilan de vitalité, les principales cures et techniques ;
- Données essentielles du métier de naturopathe : objectifs d'un praticien naturopathe, sa déontologie et ses qualités professionnelles dans son exercice quotidien de promotion d'hygiène de vie.

L'examen du dossier d'inscription est subordonné à la réussite d'un test d'entrée portant sur ces différents éléments.

Pour tous les modules présentés ci-après, chaque journée de formation comporte huit (8) heures.

## **BLOC 1 / MODULES DE 1 à 4 : SCIENCES FONDAMENTALES**

### **MODULE 1 : INTÉGRATION**

***DURÉE DU MODULE : 25 heures dont 9 heures en téléprésentiel par zoom et 16 heures en présence des stagiaires***

#### **MOYENS PÉDAGOGIQUES, TECHNIQUES ET D'ENCADREMENT MIS EN ŒUVRE**

- Face à face pédagogique
- Remise de supports pédagogiques
- Projection en salle sous forme de diapositives power point ou de films d'animation
- Applications pratiques sous l'encadrement du formateur
- Contrôle continu et examens

#### **PROGRAMME**

- Apprentissage des méthodes et méthodologies pour améliorer sa mémorisation par des moyens mnémotechniques à travers des exemples illustrés
- Apprendre à apprendre, identifier son mode d'apprentissage privilégié
- L'incidence des émotions dans l'acte de compréhension et d'apprentissage
- Organisation, prise de notes
- Introduction et pratique de la relaxation- gestion du stress
- Présentation et mise en rapport des différents blocs et modules contenus dans le programme de formation.
- Méthodologie et pédagogie en naturopathie, anatomie-physiologie et mise en application professionnelle
- Accompagnement étape par étape à l'utilisation de l'interface pédagogique (site intranet)
- Méthodologie pour la période de formation en situation de travail
- Méthodologie pour le travail de synthèse et de recherche

#### **OBJECTIF**

Permettre aux stagiaires d'avoir toutes les clés d'apprentissage, de mémorisation et d'utilisation des outils et méthodes pédagogiques pour l'ensemble des modules de la formation et pour l'acquisition et le développement des compétences en naturopathie.

### **MODULE 2 : NATUROPATHIE**

***DURÉE DU MODULE : 452 heures dont 209 heures en e-Learning, 103 heures en téléprésentiel par zoom et 140 heures en présence des stagiaires***

#### **MOYENS PÉDAGOGIQUES, TECHNIQUES ET D'ENCADREMENT MIS EN ŒUVRE**

- Face à face pédagogique
- Remise de supports pédagogiques
- Projection en salle sous forme de diapositives power point ou de films d'animation
- Applications pratiques sous l'encadrement du formateur
- Contrôle continu et examens
- Outils du digital -learning (article 4 du contrat)

#### **PROGRAMME DETAILLE DES 20 SOUS-MODULES INTEGRES DANS LE MODULE 2**

##### **Aromatologie (28h dont 14h30 en e-learning – 5h30 en téléprésentiel par zoom - 8h en présence des stagiaires)**

Définition, grands principes et historique de l'aromatologie : origine, composants aromatiques, qualité, propriétés – Origine des molécules aromatiques et les différentes familles – Modes d'extraction et distillation – L'importance du bio et les différents labels de qualité – Critères d'identification et de qualité – Chémotypes – Différents modes d'extraction et possibles variations : huiles essentielles pures, chémotypées, reconstituées, totales, déterpénées, mélangées -Eléments de galénique – Monographie d'huiles essentielles- Précautions d'emploi et grands principes d'utilisation. 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 en considération de l'approche allopathique préalable – 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 pratiques.

### **Biodiététique (24h dont 10h30 en e-learning – 5h30 en téléprésentiel par zoom - 8h en présence des stagiaires)**

Ne pas confondre bio nutrition et bio diététique – Grands principes de l'autolyse dans la cure naturopathique– Facteurs d'épuration organique – La restriction alimentaire : « régimes » restrictifs, monodiètes et jeûnes – Facteurs biochimiques pour mieux comprendre les régimes – Incompatibilités, temps de digestion, surmenages et repos digestif – Choix et mise en œuvre des jeûnes et monodiètes – Principes et déroulement de l'autolyse : vitalité, durée, intensité, surveillance, limites et effets, facteurs clefs de réussite – Crises curatives – Conduite d'un jeûne : préparation, conditions, suivi et fin – Méthodes de jeûne vues par les différents auteurs : Dewey, Ehret, Bertholet, Shelton, Mérien, ...- Passage progressif d'un système à l'autre- Essai de synthèse.

### **Bionutrition (24h dont 14h30 en e-learning – 5h30 en téléprésentiel par zoom - 4h en présence des stagiaires)**

État des lieux de l'alimentation quotidienne et maladies de civilisation- Dénaturation et appauvrissement des aliments – Évolution dans notre mode alimentaire des origines à nos jours – Nutrition humaine et besoins réels – Principes fondamentaux de la nutrition – Approche naturopathique comparée à l'approche officielle – Les macro et micronutriments pour « faire de la santé » (caractéristiques de chacun, besoins, sources et recommandations)- Alimentation et « encrassement » du terrain – Notion d'équilibre acido/basique – Relations entre la nutrition, digestion, intestins et santé globale – Recommandations du Plan National Nutrition Santé (PNNS) – La nouvelle nutrition scientifique – Nutrition et pratiques traditionnelles (ayurvédique, chinoise, hippocratique)-Différentes pratiques nutritionnelles empiriques : omnivorisme, végétalisme, végétarisme, fruitarisme, crudivorisme, carnivorisme, macrobiotique, régime crétois, régime d'Okinawa, régime dissocié,... - Biochimie digestive et associations alimentaires – Bio nutrition et bio diététique – A la recherche d'une synthèse alimentation et santé.

### **Bionutrition approfondie (24h dont 10h30 en e-learning – 5h30 en téléprésentiel par zoom – 8h en présence des stagiaires)**

Cruidité, 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 ? Savoir décrypter les étiquettes- La dissociation alimentaire : pourquoi cela marche ? Pourquoi uniquement l'insérer dans une cure naturopathique – 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. De l'analyse à la synthèse.

### **Cures et techniques naturelles (20 h dont 10h30 en e-learning – 5h30 en téléprésentiel par zoom - 4h en présence des stagiaires)**

Caractéristiques générales et spécificité des techniques – Les différentes techniques insérées dans le cadre des cures naturopathiques, au service d'une stratégie santé vitalité globale – Origine des techniques- Les principales causes de dysfonctionnement de l'organisme. Présentations des différentes cures naturopathiques : 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 pratiques non conventionnelles.

### **Exercices physiques (24h dont 10h30 en e-learning – 5h30 en téléprésentiel par zoom – 8h en présence des stagiaires)**

Technique majeure, exigeante et délicate en naturopathie – Rappel sur l'anatomie et la physiologie du muscle – Propriétés du muscle sain – Différents modes de travail musculaire - Différentes méthodes : culture physique, gymnastique des organes, éducation physique, hatha-yoga, gymnastique douce, .... – Effets du mouvement sur les tissus et fonctions organiques : respiration, digestion, assimilation, reins et peau, système nerveux... – Les effets généraux : transport des liquides et des gaz, vascularisation, élimination, thermorégulation, renforcement de l'immunité et amélioration du terrain – Rééquilibrage du système nerveux et lutte contre le stress – Effets généraux et spécifiques sur le diaphragme – Analyse et recherche de l'exercice le mieux adapté au tempérament et à la vitalité du sujet – L'alimentation du sportif – Pratique de l'exercice physique : préparation et organisation de l'entraînement, différents types de mouvement, ... – Récupération.

### **Gemmologie et mycologie (24h dont 14h30 en e-learning - 9h30 en téléprésentiel par zoom)**

Fondements de la gemmologie – Environnement et développement de l'arbre – Phytosociologie – Approche sensible de la gemmologie – Récolte et différentes étapes de fabrication – Conditions de qualité du produit– Classement des bourgeons par cible d'action – Comprendre les principaux modes d'action : biologique, informatif et énergétique – Stimulation du principe d'auto-rééquilibrage – Les trois régulateurs (cassis, figuier, aubépine) – Les deux accompagnateurs (framboisier – airellier) – Approche systémique d'amélioration du terrain : système neuro-glandulaire, digestif, cardio-vasculaire, hépatique, immunitaire,... –

Introduction et l'histoire de la mycothérapie - Intérêt des champignons médicinaux - La mycologie, une science à part - Caractéristiques des mycètes - Rôle environnemental des macromycètes - L'intérêt des champignons pour l'accompagnement du terrain - Principes actifs et mécanismes d'action - Les principaux champignons utilisables dans un contexte naturopathique - La galénique, la qualité et la sécurité - Étude de cas

### **Gestion des émotions, du mental et du stress (40h dont 18h30 en e-learning – 5h30 en téléprésentiel par zoom - 16h en présence des stagiaires)**

Les différents « tempéraments » du cerveau et préférences cérébrales – Interactions soma et psyché — Étude des différents besoins : pyramide de Maslow, processus et principaux outils – La barrière verbale et échelle de conscience émotionnelle - Le Syndrome général d'adaptation – Le comportement : un stimulus engendre une réponse comportementale – L'individu et la vie « stressante » actuelle – Les hormones du stress- Rappel anatomie et physiologie du stress- Les différentes manifestations du stress : physiques, psychologiques, émotionnelles, comportementales- Manifestations en entreprise – Stress et déséquilibres du terrain – Tester le stress du client : Échelle d'unités de changement de vie (échelle de Holmes et Rahe ) –Accompagner le stress du client – La gestion de l'environnement du client (temps et émotions) – l'hygiène de vie globale – Les différentes techniques spécifiques de relaxation et gestion du mental : Méthode Vittoz, Le Training autogène de Schulz, la technique de Jacobson, les techniques de relaxation guidée, la crise de calme, la méditation en pleine conscience, la respiration consciente, la cohérence cardiaque, les techniques sophroniques, la notion d'ancrages positifs. Pratique – Les techniques en entreprise – Comment devenir un bon stressé en entreprise ? Qu'est-ce que la naturopathie peut faire en entreprise ? La santé émotionnelle en entreprise avec le SER – Le mentorat en entreprise.

### **Hydrologie (24h dont 10h30 en e-learning – 5h30 en téléprésentiel par zoom – 8h en présence des stagiaires)**

Objectifs et grands principes de l'eau et de son utilisation hygiénique- Propriétés de l'eau – Points fondamentaux dans l'utilisation, en fonction de l'énergie vitale disponible– Différentes utilisations du froid, du chaud, du tiède – Différents effets du chaud et du froid : milieux liquidiens et différentes fonctions physiologiques– Température de la peau et adaptation – Hydrothérapie pour stimuler, relaxer ou désintoxiquer – Les différentes techniques : ablutions, affusions, drap mouillé, drap ruisselant, compresses, demi bain, douche alternée, bain froid, bain de siège, enveloppement froid, bain chaud, sauna, hammam, douche écossaise, jacusi, enveloppement chaud aux huiles essentielles, enveloppement froid, cataplasme, ventouses, bain, pédiluves-maniluves. Les différents types de lavement : douche rectale, lavement vaginal, hydrothérapie du colon – Les différents supports : algues, sels, plantes, huiles essentielles, boues, argile, foin, moutarde

### **Hygiène de vie et « vieux remèdes oubliés » (24 h dont 10h30 en e-learning – 5h30 en téléprésentiel par zoom - 8h en présence des stagiaires)**

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 naturopathiques en tenant compte de la vitalité et du tempérament du client – Mises en situation pratiques.

### **Hygiène vitale : initiation à la naturopathie (20h dont 10h30 en e-learning – 5h30 en téléprésentiel par zoom - 4h en présence des stagiaires)**

Fondements de la naturopathie et place du naturopathe dans la recherche et l'entretien de la vitalité – Place de la naturopathie et périmètre strictement respectueux de tout 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 bonne vitalité – Exigences biologiques du corps – Causes des troubles et des dysfonctionnements dans la baisse de vitalité – Principe de l'auto-rééquilibrage – Déontologie du praticien naturopathe.

### **Magnétologie (8h en présence des stagiaires)**

Historique et définition du magnétisme – Principes énergétiques dans les traditions anciennes (indienne, chinoise, amérindienne,..) – Le magnétisme cosmique, terrestre, minéral, animal, humain. Rappel de la constitution quadruple de l'homme : les 4 corps minéral, vital, mental et spirituel et leur interpénétration – Les différents fluides minéral, végétal, animal, hominal, leur rayonnement propre et leur utilisation sous le regard naturopathique – Le magnétisme : imposition des mains – Reiki – eau magnétisée, effet Kirlian, chakras, champs magnétiques pulsés, chromothérapie, lithothérapie, luminothérapie, méditation, utilisation des aimants – introduction à la lithothérapie

### **Méditation (24h dont 10h30 en e-learning – 5h30 en téléprésentiel par zoom – 8 h en présence des stagiaires)**

Structure de la matière et énergie vitale – Perturbations entraînés par les pensées négatives – Neurosciences et épigénétique – Les résultats de recherche sur les mémoires cellulaires– Les fonctions mentales conscientes et inconscientes (la respiration : clé de l'ouverture de l'inconscient) – Les liens entre les pensées, la conscience et le cerveau – La circulation et les blocages de l'énergie vitale et les répercussions sur la morphologie, la psycho somatisation et les principaux déséquilibres – Les techniques pour exploiter ces nouvelles connaissances : bio-nutrition, bio-diététique et revitalisation des corps subtils – Réharmonisation énergétique – Cohérence cardiaque et l'intelligence du cœur.

Qu'est-ce que la méditation ? Pourquoi et comment utiliser la technique de la méditation dans le cadre du bilan de vitalité ? Appel aux connaissances des civilisations de l'Orient concernant les corps subtils de l'être humain – Mise en application des techniques permettant d'objectiver ces connaissances abstraites et subtiles suite aux expériences vécues – Les différents champs vibratoires de la substance la plus dense à la plus subtile – Mise en pratique d'une technique de relaxation pour entrer dans un état d'expansion de conscience – Exploration des différents niveaux de conscience – Les liens entre les corps physique, vital, émotionnel et mental ; comment l'énergie et l'information circulent entre nos différents corps – La méditation sur les centres énergétiques subtils – La méditation Vipassana – La respiration : clé de l'ouverture de l'inconscient – Comparaison des effets de la méditation sur le corps psycho émotionnel avec les effets du jeûne sur le corps physique.

### **Phytologie (20 h dont 10h30 en e-learning – 5h30 en téléprésentiel par zoom - 4h en présence des stagiaires)**

Historique de la botanique et de la phytothérapie. La physiologie végétale. Usage traditionnel et formes galéniques utilisées. Législation européenne et champ d'action. Monographie de plantes par système : famille, habitat, composition moléculaire, parties et formes utilisées, sphère d'action majeure, indications secondaires, précautions d'emploi. De la bactérie aux eucaryotes – Nutrition de la plante – Organisation du règne végétal – Plantes, structures, composants et principes actifs – Relation homme, plante et cosmos – Écologie et écosystème – Groupes végétaux – Phytothérapie empirique et scientifique – Vertus des plantes – Effets sur l'organisme – Utilisation des plantes dans les cures naturopathiques – Plantes à large spectre – Plantes à actions symptomatiques – Formes galéniques – Grands principes d'utilisation des plantes en naturopathie – Aide au conseil en naturopathie – Applications pratiques.

### **Psycho Neuro Endocrinologie (20 h dont 10h30 en e-learning – 5h30 en téléprésentiel par zoom - 4h en présence des stagiaires)**

Grands principes des approches de la psyché en naturopathie – Les systèmes nerveux central et autonome – Les 3 cerveaux : cortical, limbique et reptilien – Préférences cérébrales – Interdépendances du système nerveux autonome et cortical – Organisation de la pensée – Réalité psychologique globale et individuelle – Approche du stress en naturopathie – Le terrain : son amélioration ou sa détérioration – La psycho-neuro-endocrino-immunologie : dérèglements psychosomatiques – Symbolique et schémas répétitifs – Relation corps esprit : les travaux de Hammer et de Laborit – Bonne gestion du mental et du psychisme – Approches de la personnalité psychique selon les auteurs : Freud, Jung, Adler, ... Méthodes psycho-hygiénistes et incidences sur les fonctions cérébrales – Approche synthétique et pratique de la psychologie individuelle dans le dépistage des troubles et leurs corrections.

### **Sommeil (20h dont 10 h30 en e-learning – 5h30 en téléprésentiel par zoom - 4h en présence des stagiaires)**

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 moyens d'amélioration du sommeil – La présentation de l'approche allopathique en matière de traitement du sommeil – 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 – L'Insomnie dans ses formes, ses causes vues par l'approche allopathique et l'approche complémentaire du naturopathe – Pratique de la relaxation.

### **Techniques d'élimination : révision (8 h en présence des stagiaires)**

Exercices physiques : actions spécifiques et générales sur les fonctions circulatoire, respiratoire, digestive, éliminatrice, neuro-glandulaire – Différentes disciplines : culture physique, éducation physique, hatha-yoga, gymnastiques diverses – Choix d'une activité physique selon le tempérament. Bains et applications d'eau chaude ou froide, locales ou générales, externes ou internes – Procédés et règles – Eau et additifs (minéraux, algues, plantes et huiles). Massages holistiques et effets désintoxiquant, revitalisant, stimulant, relaxant et réflexe- Étude et synthèse des différentes techniques : capacité de mobilisation des liquides, approche non symptomatique mais synergétique dans le cadre des cures naturopathiques

### **Techniques manuelles (24 h dont 10h30 en e-learning – 5h30 en téléprésentiel par zoom – 8h en présence des stagiaires)**

Finalités et fondement de l'approche humoriste : mobilisation des masses liquidiennes et fluidité globale – Manœuvres, effets et incidences sur la physiologie et la psychologie – Massages adaptés aux besoins physiologiques dans le cadre des principales cures – Spécificités du massage hygiénique – Techniques de massage : effleurage, friction, pression, fouflage, tapotement, pétrissage, vibration, ponçage, pression, palpé roulé,... – Les différents effets : relaxant, circulatoire, réflexe, désintoxiquant, tonifiant, revitalisant, émotionnel, viscéral, visage et tête, dos,... – Comparaison et synthèse des différentes méthodes – Les zones à ne pas masser – Déontologie – L'attitude du masseur – Application pratique.

### **Techniques de revitalisation et respiratoires (24h dont 10h30 en e-learning – 5h30 en téléprésentiel par zoom - 8h en présence des stagiaires)**

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 psycho-somatiques – 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'oxygénations – Savoir-faire pour pratiquer la méditation dans le cadre d'un bilan de vitalité. 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 Chez Hippocrate – 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 – Tests de respiration – Régulation de la respiration et augmentation de l'alimentation en oxygène et en énergie vitale – Respiration et paix intérieure.

### **Tempéraments naturopathiques, recherche de vitalité et profils glandulaires (28h dont 10h30 en e-learning – 5h30 en téléprésentiel par zoom – 12 h en présence des stagiaires)**

Évaluation des réserves énergétiques, des forces et faiblesses organiques, du terrain. Prédipositions en matière de dérèglement de la physiologie – Principales méthodes d'investigation : morphologies, typologies, tempéraments, constitutions – Importance de la morphologie physiologie pour le naturopathe – Principales classifications morphologiques : hippocratiques, homéopathiques et naturopathiques, glandulaires - Élaboration d'une cure naturopathique selon les disponibilités vitales – Principes fondamentaux, limites et déontologie. Grands principes et importance de la morphologie pour le naturopathe – Aptitude d'adaptation aux sollicitations du milieu – L'inné, l'acquis, les signes – Mieux se connaître et comprendre les autres – Méthode d'exploration directe pour apprécier la vitalité et l'état

des organes, les nuances du tempérament, le fonctionnement organique – Morphologie de détail : formes du crâne/glandes endocrines, visage, mains, ongles, oreilles, nez, bouche, membres, squelette, muscles, ... - Constitution, tempéraments et diathèses – Les principales étapes de l'analyse morpho-physiologique dans un bilan de vitalité en considération de l'approche allopathique préalable – Étude et comparaison des différents courants : Hippocrate, Viola, Sheldon, Kretschner, Carton, Gautier, Jung, Le Senne, Rousseaux, ...

## **OBJECTIFS DÉTAILLÉS DES 20 SOUS-MODULES INTÉGRÉS DANS LE MODULE 2**

### **Compétences professionnelles en matière d'Aromatologie**

Comprendre et maîtriser les spécificités des huiles essentielles dans une approche pratique d'hygiène de vie dans le cadre des différentes cures naturopathiques.

### **Compétences professionnelles en matière de Bio-Diététique**

Comprendre les différents moyens de la réduction alimentaire afin de désintoxiquer le terrain et de revenir aux grands équilibres physiologiques. Être capable de pouvoir recommander la bio-nutrition et de la mettre en pratique de façon opérationnelle.

### **Compétences professionnelles en matière de Bio-nutrition**

Comprendre comment l'alimentation biologique humaine est un outil majeur de santé et de renforcement du terrain. Être capable de pouvoir la recommander et de la mettre en pratique de façon opérationnelle.

### **Compétences professionnelles en matière de Bio-Nutrition approfondie : de l'analyse à la synthèse**

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

### **Compétences professionnelles en matière de Cures et techniques naturelles**

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. Être capable de pouvoir conseiller les cures et techniques et de les mettre en pratique de façon opérationnelle.

### **Compétences professionnelles en matière d'Exercices physiques**

Comprendre les processus et les différents effets santé de l'activité physique dans le contexte des cures. Être capable de pouvoir les conseiller et de les mettre en pratique de façon opérationnelle.

### **Compétences professionnelles en matière de Gemmologie et Mycologie**

Comprendre les principes d'action des bourgeons sur l'amélioration du terrain et la mise en œuvre du principe de rééquilibrage de l'organisme

### **Compétences professionnelles en matière de Gestion des émotions, du mental et du stress**

Connaître, comprendre et maîtriser les principales techniques de gestion du stress et d'équilibre des différents cerveaux dans le cadre d'une approche globale d'hygiène de vie.

### **Compétences professionnelles en matière d'Hydrologie principes et pratiques**

Comprendre les propriétés et les grands principes d'utilisation eau/variation de température dans le cadre des différentes cures. Être capable de pouvoir conseiller les différents principes et pratiques d'hydrologie et de les mettre en pratique de façon opérationnelle.

### **Compétences professionnelles en matière d'Hygiène de vie et vieux « remèdes oubliés »**

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.

### **Compétences professionnelles en matière d'Hygiène vitale : initiation à la naturopathie**

Être capable de replacer la naturopathie dans le contexte des différentes médecines et d'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. Être capable de pouvoir conseiller l'hygiène de vie et de la mettre en pratique de façon opérationnelle.

### **Compétences professionnelles en matière de Magnétologie**

Connaître les principales sources de magnétisme, comprendre les diverses techniques par les fluides et l'utilisation du magnétisme pour revitaliser son organisme dans le cadre d'une cure naturopathique.

### **Compétences professionnelles en matière de Naturopathie et de méditation**

Mieux comprendre les interactions corps/esprit et le concept d'énergie vitale grâce aux récentes découvertes et recherches en astrophysique, physique quantique, neuroscience, tout en s'appuyant sur connaissances millénaires des civilisations de l'Orient.

### **Compétences professionnelles en matière de Phytologie**

Comprendre l'esprit dans lequel sont utilisées les plantes : absence d'objectif anti-symptomatique mais utilisation dans le cadre des cures pour stimuler l'énergie vitale disponible et renforcer le terrain. Être capable de pouvoir conseiller la phytologie et de la mettre en pratique de façon opérationnelle.

### **Compétences professionnelles en matière de Psycho Neuro Endocrinologie**

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. Être capable de pouvoir les conseiller et de les mettre en pratique de façon opérationnelle.

#### **Compétences professionnelles en matière de Sommeil**

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.

#### **Compétences professionnelles en matière de Techniques élimination**

Comprendre les différentes techniques (exercices physiques, massages et hydrologie) de mobilisation des liquides et d'amélioration du terrain. Être capable de pouvoir les conseiller et de les mettre en pratique de façon opérationnelle.

#### **Compétences professionnelles en matière de Techniques manuelles**

Comprendre comment les massages holistico-hygiéniques permettent un effet désintoxiquant et revitalisant dans le cadre des différentes cures. Être capable de pouvoir les conseiller et de les mettre en pratique de façon opérationnelle.

#### **Compétences professionnelles en matière de Techniques revitalisation et de techniques respiratoires**

Comprendre comment se régénérer au contact des différents éléments naturels et vitalogènes : actinologie, magnétologie, pneumologie, réflexologie. Être capable de pouvoir les conseiller et de les mettre en pratique de façon opérationnelle.

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.

#### **Compétences professionnelles en matière de Tempéraments naturopathiques et recherche de vitalité**

Comprendre comment la morpho-physio-psychologie permet au naturopathe d'apprécier l'état du tempérament et de la vitalité de l'individu et constitue le socle fondamental du bilan de vitalité. Être capable de pouvoir les mettre en pratique de façon opérationnelle et d'apporter des conseils à la clientèle.

### **MODULE 3 : BASES DE CHIMIE**

**PRÉREQUIS** : Avoir assimilé les deux premiers chapitres contenus dans l'ouvrage : « Biologie Humaine, principes d'anatomie physiologie » (Elaine Marieb et René Lachaine) – Edition-2018

**DURÉE DU MODULE** : 12 heures dont 10h30 en e-learning et 1h30 en téléprésentiel par zoom

#### **MOYENS PÉDAGOGIQUES, TECHNIQUES ET D'ENCADREMENT MIS EN ŒUVRE**

- Face à face pédagogique
- Remise de supports pédagogiques
- Projection en salle sous forme de diapositives power point ou de films d'animation
- Applications pratiques sous l'encadrement du formateur
- Contrôle continu et examens

#### **PROGRAMME DETAILLE** :

Les grands principes de chimie – le tableau des éléments – covalence – réaction chimique (synthèse, adaptation, substitution) – glucides – lipides – protéines – acides aminés essentiels- enzymes – désamination – transamination – détoxification hépatique – détoxification rénale – oxydoréduction- stress oxydatif – radicaux libres.

#### **OBJECTIFS** :

Intégrer les bases principales de compréhension dans le domaine de la chimie pour assurer l'acquisition et le développement des compétences professionnelles en naturopathie.

### **MODULE 4 : ANATOMIE– PHYSIOLOGIE**

**PRÉREQUIS** : Avoir validé le module 3

**DURÉE DU MODULE** : 232 heures dont 87h30 en e-learning, 16h30 en téléprésentiel par zoom et 128h en présence des stagiaires

#### **MOYENS PÉDAGOGIQUES, TECHNIQUES ET D'ENCADREMENT MIS EN ŒUVRE** :

- Face à face pédagogique
- Remise de supports pédagogiques
- Projection en salle sous forme de diapositives power point ou de films d'animation
- Applications pratiques sous l'encadrement du formateur
- Parcours digital sur plateforme
- Contrôle continu et examens

#### **PROGRAMME DETAILLE DES 14 SOUS-MODULES INTÉGRÉS DANS LE MODULE 4**

##### **Cellule (16h dont 1h30 min en téléprésentiel par zoom - 6h30 en e-learning et 8h en présence des stagiaires)**

Définition, notions élémentaires de chimie, biochimie et biologie- Les différents niveaux d'organisation structurale du corps – Structure cellulaire des êtres vivants – Notion de feuillet embryonnaire – Principaux processus vitaux des êtres humains - Homéostasie – Le métabolisme des molécules source d'énergie – Les cavités de l'organisme – Les plans de

coupe - Morphologie de la cellule : membrane, cytoplasme, noyau – Composition chimique de la cellule – Métabolisme énergétique – Synthèse et fonction enzymatique des protéines – Division et cycle cellulaire – Le passage de substances à travers les membranes plasmiques – Le potentiel de membrane – Étude des principaux tissus : épithéliums et conjonctifs – Principaux dérèglements de la physiologie.

### **Cardio-vasculaire (16 h dont 1h 30 en téléprésentiel par zoom - 6h30 en e-learning et 8h en présence des stagiaires)**

Cœur : description et fonction – Contraction du muscle cardiaque – Cycle et débit cardiaque – Vaisseaux sanguins : artères, veines et capillaires -Physiologie de la circulation sanguine : pression, résistance, circulation dans les capillaires et échanges capillaires, circulation sanguine dans les veines – Mécanismes nerveux et hormonaux de la régulation de la pression artérielle – Autorégulation du débit sanguin local : facteurs physiques et chimiques locaux– Principales artères et veines du corps – Principaux dérèglements de la physiologie.

### **Digestif (16 h dont 1h 30 en téléprésentiel par zoom - 6h30 en e-learning et 8h en présence des stagiaires)**

Organisation du système digestif : organes et muqueuses – Description, fonction et sécrétions de chaque organe : bouche, œsophage, estomac, foie, vésicule biliaire, pancréas, intestin grêle et colon – Physiologie de la déglutition. Processus digestifs : l'ingestion, la propulsion, la digestion, l'absorption, la défécation – Fonctions de digestion et d'assimilation des protéines, glucides et lipides – Actions enzymatiques, hormonales et synthèse vitaminique, minéraux, acides nucléiques – Importance de la muqueuse intestinale – Principaux dérèglements de la physiologie.

### **Endocrinien (16 h dont 1h30 en téléprésentiel par zoom - 6h30 en e-learning et 8h en présence des stagiaires)**

Définition des glandes et de l'appareil endocrinien - Comparaison des systèmes nerveux et endocrinien – Les hormones - Récepteurs hormonaux - Composition chimique des hormones – Transport des hormones dans le sang – Élimination des hormones – Mécanismes d'action des hormones – Interactions hormonales sur les cellules cibles – Contrôle des sécrétions hormonales – Régulation des sécrétions – Anatomie et physiologie des différentes glandes : hypothalamus, hypophyse, thyroïde et parathyroïdes, surrénales, épiphyse et thymus, glandes génitales – Rôles et interactions – Lien avec le système nerveux. Autres organes contenant du tissu endocrinien- Principaux dérèglements de la physiologie.

### **Génital et reproduction (16 h dont 1h30 en téléprésentiel par zoom - 6h30 en e-learning et 8h en présence des stagiaires)**

Anatomie de l'appareil génital de l'homme et de la femme : les organes génitaux principaux, les organes génitaux annexes, les caractères sexuels secondaires – Ovogenèse - Spermatogénèse – Physiologie de la relation sexuelle - Fécondation et contraception – Régulation des naissances : stérilisation, méthodes physiologiques dites naturelles, méthodes mécaniques, chimiques locales, hormonales – Cycles : puberté, andropause et ménopause – Principaux dérèglements de la physiologie.

### **Liquidien (24 h dont 1h30 en téléprésentiel par zoom - 14h30 en e-learning et 8h en présence des stagiaires)**

Répartition des liquides corporels – Les différents compartiments liquidiens – L'eau – Les solutés – Mouvements des liquides entre les compartiments – Divers compartiments liquidiens : sang, lymphes, sérums intra et extra cellulaire – Eau : son rôle dans le corps humain, sa dynamique, ses apports et rejets - Sang : les fonctions du sang, les propriétés physiques du sang, les composants du sang – La formation des cellules sanguines – plasma, globules blancs et rouges, plaquettes ou thrombocytes – Phénomène de coagulation, hémostase – Groupes sanguins - Système lymphatique : composition du système lymphatique : lymphes, vaisseaux lymphatiques – fonctions du système lymphatique et tissu lymphoïde – Les cellules spécifiques du système immunitaire – Immunité cellulaire et humorale – Principaux dérèglements de la physiologie.

### **Nerveux (16 h dont 1h30 en téléprésentiel par zoom - 6h30 en e-learning et 8h en présence des stagiaires)**

Organisation du système nerveux – Le système nerveux de la vie de relation – Le système nerveux central – Le système nerveux périphérique – Le système nerveux végétatif – Systèmes ortho et para sympathiques – Description du tissu nerveux – La substance blanche et la substance grise – Neurophysiologie – Régénération du tissu nerveux – L'encéphale – Le cervelet -Les nerfs rachidiens - Les nerfs crâniens – L'activité réflexe – Vieillesse du système nerveux - L'intégration nerveuse – Perception et traitement des stimulations – Sensibilité somato-viscérale et perception environnementale – Contrôle des fonctions physiologiques et stimulations hormonales – Principaux dérèglements de la physiologie.

### **Ostéo-musculaire (24h dont 1h30 en téléprésentiel par zoom - 14h30 en e-learning et 8h en présence des stagiaires)**

Os : fonctions, classification et structure – Formation, croissance, remaniement et vieillissement – Rôle du tissu osseux dans l'homéostasie du calcium - Squelette : axial (tête, colonne vertébrale, côtes et sternum), appendiculaire (membres inférieurs et supérieurs, ceintures pelvienne et scapulaire) – Articulations : classification, structure et fonctions – Mouvements permis par les articulations synoviales – Différents types d'articulations synoviales – Facteurs influant sur l'amplitude du mouvement articulaire – Principaux dérèglements de la physiologie.

Muscles : les différents types de tissu musculaire – Fonctions et propriétés – Différents tissus musculaires : squelettique, lisse, cardiaque – Régénération du tissu musculaire et vieillissement – Principaux dérèglements de la physiologie – Les muscles squelettiques et le mouvement : phénomène de contraction et de relaxation musculaire – Contrôle de la force, tonus et aspect énergétique - Anatomie du mouvement : système de levier, interaction entre les muscles. Les principaux muscles squelettiques à connaître – Principaux dérèglements de la physiologie.

### **Respiratoire 16h dont 1h30 en téléprésentiel par zoom - 6h30 en e-learning et 8h en présence des stagiaires)**

Organisation du système respiratoire : organes et muqueuses – Description, fonction et sécrétions de chaque organe : nez, pharynx, larynx, bronches, poumons, alvéoles – Les étapes de la respiration : la ventilation pulmonaire, la respiration externe, le transport des gaz respiratoires dans le sang, la respiration interne – Processus ventilatoire – Facteurs influençant la ventilation pulmonaire – Échanges gazeux (O<sub>2</sub> et CO<sub>2</sub>) – Lois – Volumes et capacités respiratoires – Physiologie de la respiration externe et interne – Transport des gaz respiratoires dans le sang – Contrôle de la respiration – Principaux dérèglements de la physiologie.

### **Sens (16h dont 1h30 en téléprésentiel par zoom - 6h30 en e-learning et 8h en présence des stagiaires)**

La sensation – Les récepteurs sensoriels – La peau et les sensations cutanées – Description anatomique et rôles de la peau – Les sensations thermiques, douloureuses – les sens gustatif et olfactif – Anatomie des récepteurs gustatifs – Physiologie de la gustation – Adaptation et seuil gustatif – Anatomie du nez – La muqueuse olfactive – La voie olfactive – Physiologie de l'olfaction – L'adaptation et le seuil olfactif – Le sens visuel – Les structures annexes de chaque œil – Anatomie du globe oculaire – Physiologie de la vision – La voie visuelle – L'ouïe et l'équilibre – Anatomie de l'oreille – Les ondes sonores – Physiologie de l'audition – Physiologie de l'équilibre – Principaux dérèglements de la physiologie.

### **Synthèse physiologie des systèmes (8h en présence des stagiaires)**

Rappel des différents liens entre les grands systèmes physiologiques dans une logique holistique et synthétique

### **Synthèse systèmes cardio-vasculaire (8h en présence des stagiaires)**

Rappels anatomiques et physiologiques – Données épidémiologiques : prévalence et incidence – Rappels anatomiques et physiologiques – Zoom sur certaines pathologies : Hypertension artérielle, artérite des membres inférieurs, angor, infarctus du myocarde, insuffisance cardiaque – Pour chaque déséquilibre physiologique : définition et principaux signes, facteurs de risque, examens complémentaires, information générale sur l'approche allopathique, prévention et approche globale de terrain.

### **Synthèse systèmes digestif et immunitaire (16h en présence des stagiaires)**

Rappels anatomiques et physiologiques – Données épidémiologiques : prévalence et incidence – L'importance de la perméabilité intestinale – Zoom sur certaines pathologies : ulcères gastro duodénaux, gastrites, diarrhées, hernie hiatale, reflux gastro-œsophagien, cancer colique. Les dysfonctionnements du système immunitaire à travers les pathologies allergiques respiratoires, alimentaires, cutanées, ... – Sophistication du système immunitaire : immunité passive, immunité active acquise, les cellules, les organes – Le syndrome inflammatoire- L'importance de la perméabilité intestinale dans l'inflammation – Pour chaque pathologie : définition et principaux signes, facteurs de risque, examens complémentaires, information générale sur l'approche allopathique, prévention et approche globale de terrain.

### **Synthèse systèmes neuro-endocrinien (8 h en présence des stagiaires)**

Rappels anatomiques et physiologiques – Données épidémiologiques : prévalence et incidence – Rappels anatomiques et physiologiques – Zoom sur certaines pathologies : dysthyroïdies, diabète, dyslipidémie, pathologies de l'axe hypothalamo-hypophysaire, céphalées, maladie de parkinson, maladie d'Alzheimer, sep, troubles du sommeil – Pour chaque pathologie, : définition et principaux signes, facteurs de risque, examens complémentaires, information générale sur l'approche allopathique, prévention et approche globale de terrain.

### **Urinaire (16 h dont 1h30 en téléprésentiel par zoom - 6h30 en e-learning et 8h en présence des stagiaires)**

Rôle de l'appareil urinaire – Anatomie macroscopique et microscopique du rein et des voies urinaires : uretères, vessie, urètre – Vascularisation – Fonction épuratrice – Rôle dans le maintien des constantes biologiques : urée, acide urique, créatinine – Équilibre hydro-électrolytique – Étude physicochimique de l'urine – Équilibre acido-basique : Notions sur les acides, les bases et les sels, l'échelle des pH, maintien de l'équilibre acido-basique, les systèmes tampons, l'exhalation du gaz carbonique, les mécanismes rénaux de l'équilibre acido-basique, déséquilibre acido-basique – Principaux dérèglements de la physiologie.

## **OBJECTIFS COMMUNS DES 14 SOUS-MODULES INTÉGRÉS DANS LE MODULE 4**

Acquérir les compétences indispensables dans l'appréhension globale du corps humain : comprendre la description et le fonctionnement des différents organes et leurs relations entre eux dans une logique de santé ; pouvoir répondre en situation professionnelle de façon opérationnelle aux principaux dérèglements de la physiologie et être capable d'orienter vers l'allopathe ou d'autres thérapeutes en tant que de besoin.

## **BLOC 2 : MODULES 1 à 3 : SYNTHÈSE DES CONNAISSANCES PROFESSIONNELLES**

### **MODULE 1 : SYNTHÈSE DES TECHNIQUES NATUROPATHIQUE**

#### **PRÉREQUIS : AVOIR SATISFAIT AUX ÉPREUVES DU PREMIER BLOC**

***DURÉE DU MODULE : 24 heures en présence des stagiaires***

#### **MOYENS PÉDAGOGIQUES, TECHNIQUES ET D'ENCADREMENT MIS EN ŒUVRE :**

- Face à face pédagogique
- Remise de supports pédagogiques électroniques
- Projection en salle sous forme de diapositives power point ou de films d'animation
- Applications pratiques sous l'encadrement du formateur
- Contrôle continu et examens

#### **PROGRAMME DU MODULE**

Modules couvrant l'ensemble des connaissances acquises dans les matières suivantes :

- Aromatologie générale
- Bio-diététique
- Bio-nutrition
- Bio-nutrition approfondie : de l'analyse à la synthèse
- Cures et techniques naturelles
- Exercices physiques



- Gemmologie et mycologie
- Gestion des émotions, du mental et du stress
- Hydrologie : principes et pratiques
- Hygiène de vie, argile et vieux « remèdes oubliés »
- Hygiène de vie : initiation à la naturopathie
- Magnétologie
- Naturopathie quantique et méditation
- Phytologie
- Psycho neuro endocrinologie
- Sommeil
- Techniques manuelles
- Techniques d'élimination
- Techniques de revitalisation
- Techniques respiratoires
- Tempérament naturopathique et recherche de vitalité

### **OBJECTIFS DU MODULE**

Acquérir et développer des compétences découlant du savoir-faire de synthèse en naturopathie afin de préparer les apprenants à la future pratique de consultation ; de renforcer la compréhension, la pratique et l'approche de synthèse des différentes cures et technique ; de renforcer la méthodologie et favoriser l'application et le recul en matière de naturopathie ; d'être capable de conduire un bilan de vitalité en situation professionnelle et d'apporter tous les conseils au client.

### **MODULE 2 : APPROCHE NATUROPATHIQUE DES DESEQUILIBRES PHYSIOLOGIQUES**

#### **PRÉREQUIS : AVOIR SATISFAIT AUX ÉPREUVES DU PREMIER BLOC**

***DURÉE DU MODULE : 144 heures dont 73h30 en e-learning, 38h30 en téléprésentiel par zoom et 32 heures en présence des stagiaires***

#### **MOYENS PÉDAGOGIQUES, TECHNIQUES ET D'ENCADREMENT MIS EN ŒUVRE :**

- Face à face pédagogique
- Remise de supports pédagogiques
- Projection en salle sous forme de diapositives power point ou de films d'animation
- Applications pratiques sous l'encadrement du formateur
- Contrôle continu et examens

#### **PROGRAMME DETAILLE :**

##### **Approche naturopathique des déséquilibres : introduction à tous les systèmes (16h dont 10h30 en e-Learning - 5h30 en téléprésentiel par Zoom)**

Présentation des liens entre les différents systèmes en situation physiologique normale – Impacts des dérèglements du système sur ses organes et des organes sur le système – Impacts sur les autres systèmes – Les 5 lois biologiques – Spécificités de l'approche du naturopathe.

##### **Approche naturopathique des déséquilibres cardio-vasculaires (20h dont 10h30 en e-learning + 5h30 en téléprésentiel par Zoom + 4h en présentiel)**

Principaux rappels d'anatomie physiologie – Grands principes de l'approche naturopathique des troubles circulatoires sous réserve de l'approche allopathique – Rappel des règles d'hygiène de vie de base pour maintenir les constantes biologiques – Différentes causes des pathologies de l'appareil circulatoire – Signes d'une circulation déficiente et tempéraments naturopathiques – Les principales pathologies de l'appareil circulatoire et approche en naturopathie – Les principales pathologies du sang et approche naturopathique en considération de l'approche allopathique préalable.

##### **Approche naturopathique des déséquilibres digestifs (20h dont 10 h 30 en e-learning – 5h30 en téléprésentiel par zoom – 4h en présence des stagiaires)**

Principaux rappels d'anatomie physiologie – Différentes fonctions de l'appareil digestif : digestive, émonctorielle, énergétique – Spécificités de la muqueuse intestinale dans la santé globale – Grands principes de l'approche naturopathique des pathologies digestives en considération de l'approche allopathique préalable – Rappel des règles d'hygiène de vie de base pour maintenir les constantes biologiques – Différentes causes des pathologies du système digestif – Principaux signes d'une mauvaises digestion – Principaux liens entre estomac, pancréas, intestins et foie – Pancréas : fonctions endocrine et exocrine – Les principales pathologies de l'appareil digestif et approche en naturopathie en considération de l'approche allopathique préalable – Incidences du stress sur la sphère digestive – Importance du « leaky gut syndrome ».

##### **Approche naturopathique des déséquilibres neuro-glandulaires (24 h dont 10 h 30 en e-learning – 5h30 en téléprésentiel par zoom – 8h en présence des stagiaires)**

Principaux rappels d'anatomie physiologie – Différentes méthodes naturelles pour rééquilibrer le système nerveux (SN) et le système glandulaire (SG) – Liens intimes entre le SN et le SG, tous deux supports de la vitalité - Comparaison des approches allopathique et naturopathique – Rappel des règles d'hygiène de vie de base pour maintenir les constantes biologiques – Comprendre les différentes sources d'épuisement pour pouvoir agir en amont – Différentes méthodes naturelles pour rééquilibrer le SN et SG – Les principales pathologies affectant les glandes et le système nerveux.

##### **Approche naturopathique des déséquilibres ostéo-musculaires (20h dont 10h30 en e-learning – 5h30 en téléprésentiel par zoom – 4h en présence des stagiaires)**

Principaux rappels d'anatomie physiologie – Qualités intrinsèques des muscles – Causes des principales pathologies musculaires – Rappel des règles d'hygiène de vie de base pour maintenir les constantes biologiques – Présentation des principales pathologies pouvant affecter os et muscles – Approche naturopathique des pathologies osseuses – Les ajustements osseux – Approche naturopathique des pathologies osseuses en considération de l'approche allopathique préalable

### **Approche naturopathique des déséquilibres respiratoires (20h dont 10h30 en e-learning – 5h30 en téléprésentiel par zoom – 4h en présence des stagiaires)**

Principaux rappels d'anatomie physiologie – Différentes fonctions de l'appareil respiratoire : vitale, émonctorielle, énergétique – Spécificités de la fonction respiratoire dans la santé globale – Grands principes de l'approche naturopathique des pathologies respiratoires en considération de l'approche allopathique préalable – Rappel des règles d'hygiène de vie de base pour maintenir les constantes biologiques – Différentes causes des pathologies du système respiratoire et ORL – Principaux signes d'une respiration déficiente – Principaux liens entre sphère digestive et respiratoire, élimination et encrassement du terrain – Les principales pathologies de l'appareil respiratoire et approche en naturopathie – Respiration et stress – Respiration et santé.

### **Approche naturopathique des déséquilibres uro-génitaux et cutanés (24h dont 10h30 en e-learning – 5h30 en téléprésentiel par zoom – 8h en présence des stagiaires)**

Deux systèmes mais un même environnement – Rappels d'anatomie physiologie de l'appareil rénal – Pathologies rénales principales – Grands principes des cures naturopathiques de revitalisation : hygiène de vie, les différentes techniques à insérer dans le cadre des cures naturopathiques – Rappel des règles d'hygiène de vie de base pour maintenir les constantes biologiques – Les principales pathologies génitales féminines et masculines – Approche en naturopathie dans le cadre des cures de naturopathiques- Rappels anatomo-physiologiques de la peau – Les différents rôles de la peau - Approche de la peau en naturopathie : organe essentiel, conditions pour qu'elle soit efficace, réflexe du corps pour éliminer – Raisons du vieillissement de la peau : alimentation, insuffisance émonctorielle – Les principales pathologies de la peau : colloïdales, cristalloïdales – Les grands principes de l'approche naturopathique : éliminer et revitaliser en considération de l'approche allopathique préalable.

#### **OBJECTIFS :**

Acquérir et développer les compétences professionnelles en naturopathie à travers la compréhension des principaux déséquilibres / dérèglements de la physiologie afin de : connaître les principaux dérèglements de la physiologie et faire la différence entre maladies d'exclusion (allopathie seule ou prioritairement applicable) et celles relevant de la naturopathie, compte tenu de l'énergie vitale disponible ; comprendre l'approche de la naturopathie pour agir en amont dans le contexte global du renforcement du terrain ; être capable de conseiller en situation professionnelle et mettre en pratique l'approche naturopathique compte tenu des dérèglements du terrain observés.

## **MODULE 3 : PRATIQUE DE BILANS DE VITALITE : SYNTHESE et RENFORCEMENT**

### **PRÉREQUIS : AVOIR SATISFAIT AUX ÉPREUVES DU PREMIER BLOC**

#### **MOYENS PÉDAGOGIQUES, TECHNIQUES ET D'ENCADREMENT MIS EN ŒUVRE**

- Face à face pédagogique
- Remise de supports pédagogiques
- Projection en salle sous forme de diapositives power point ou de films d'animation
- Applications pratiques sous l'encadrement du formateur
- Contrôle continu et examens

***DURÉE DU MODULE : 136 heures dont 8 heures en téléprésentiel par zoom et 128 heures en présence des stagiaires***

#### **PROGRAMME DU MODULE**

Modules couvrant l'ensemble des connaissances acquises et mises en situation réelle et analyse de cas sous supervision des formateurs dans les matières suivantes :

- Approche des déséquilibres circulatoires
- Approche des déséquilibres digestifs
- Approche des déséquilibres neuro-glandulaires
- Approche des déséquilibres ostéo-musculaires
- Approche des déséquilibres respiratoires
- Approche des déséquilibres uro-génitaux et cutanés

#### **OBJECTIFS :**

Acquérir et développer les compétences professionnelles à travers un savoir-faire de synthèse permettant la pratique de bilans de vitalité naturopathiques : être capable de conduire un bilan de vitalité en situation professionnelle et d'apporter tous les conseils au client ; maîtriser la méthodologie du bilan de vitalité : différentes étapes, progression, la finalité. Savoir détailler une cure naturopathique et s'appuyer sur les techniques opérationnelles.

## **BLOC 3 / MODULES D'APPROFONDISSEMENT : PERFECTIONNEMENT PROFESSIONNEL**

### **PRÉREQUIS : AVOIR SATISFAIT AUX ÉPREUVES DU DEUXIEME BLOC**

***DURÉE DU MODULE : 724 heures dont 313 heures en e-learning, 215h en téléprésentiel par zoom et 196 heures en présence des stagiaires***

#### **MOYENS PÉDAGOGIQUES, TECHNIQUES ET D'ENCADREMENT MIS EN ŒUVRE**

- Face à face pédagogique
- Remise de supports pédagogiques
- Projection en salle sous forme de diapositives power point ou de films d'animation
- Applications pratiques sous l'encadrement du formateur
- Contrôle continu et examens

## **PROGRAMME DETAILLE DE CHACUN DES SOUS MODULES**

### **Abeilles et permaculture (24h dont 10h30 en e-learning – 5h30 en téléprésentiel par zoom – 8h en présence des stagiaires)**

Des abeilles et des hommes : présentation de l'abeille et de l'histoire de l'utilisation de ses produits- Les différents produits de la ruche : propolis, miel, pollen, venin, gelée royale- Les combinaisons des différents produits de la ruche (mélanges de différents produits de la ruche entre eux, avec des HE, des macéras de bourgeons, de l'argile, etc.) – Apithérapie et déséquilibres de terrain ORL et respiratoires – déséquilibres de terrain cutanés- déséquilibres de terrain rhumatismaux- déséquilibres de terrain uro-génitaux- déséquilibres de terrain digestifs- déséquilibres de terrain musculaires et tendineux- déséquilibres de terrain neuro-glandulaires- Synthèse : Apithérapie et prévention santé.

Les fondements- les principaux labels - Inconvénients des modes de culture conventionnels et dangers des produits de l'agrochimie sur les cellules humaines et l'environnement – Avantages de la biodiversité – Agrobiologie entre traditions agricoles et nouvelles connaissances des sciences du vivant – Approche globale et interactions entre le sol, la plante, l'animal, l'homme et son environnement – Le bio-dynamisme- Éléments clés de législation- Graines et semences bio- Conseils pour réaliser son potager bio.

### **Accompagnement des pathologies lourdes dans le cadre du bilan de vitalité (8h en téléprésentiel par zoom)**

Sa place en complément aux traitements médicaux et en considération de l'approche allopathique préalable – Mieux vivre avec une approche plus constructive grâce à la naturopathie, tout en augmentant l'efficacité des protocoles médicaux classiques en considération de l'approche allopathique préalable, et ce, par une meilleure hygiène de vie sur tous les plans de l'être : mieux se nourrir, mieux se recharger en énergie, mieux gérer le stress les émotions, la place de l'activité physique et de la méditation – La place de l'aidant- Prise en compte du tempérament du client – Les différentes étapes de l'accompagnement en situation professionnelle – Stabilisation de la douleur émotionnelle et stimulation des défenses naturelles de l'organisme en considération de l'approche allopathique préalable - Respect de l'individualité de la personne – La place des compléments alimentaires ciblés- Application en bilan de vitalité.

### **Autonomie, écologie et prévention santé (32h dont 22h30 en e-learning – 9h30 en téléprésentiel par zoom)**

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 ? - Comment le faire ?- 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 - Ecologie de l'habitat, enjeux de conservation de la nature pour le naturopathe –Études des nombreux procédés pour diminuer l'empreinte énergétique et carbone de l'habitat aussi bien issus de technologies récentes que plus anciennes et pourtant efficaces – Comment maximiser l'efficacité énergétique d'une maison ? Comment améliorer la qualité de l'air pour une vie saine : ventilation naturelle ? Utilisation de matériaux non toxiques – Utilisation de matériaux provenant de sources moins néfastes pour l'environnement : matériaux recyclés – bois certifié écologique – appareils réduisant la consommation d'eau – toilettes sèches – robinets à faible débit – récupération de la chaleur solaire – échangeurs de chaleur d'air et d'eau – appareils ménagers et de chauffages de haute efficacité – Le solaire et l'énergie éolienne.

### **Bioénergétique de l'habitat (8h en téléprésentiel par zoom)**

L'homme, une antenne ultra-sensible – Electro-hyper-sensibilité – Notion d'Entropie – Milieu vibratoire en équilibre. Les réseaux énergétiques terrestres – Fréquences de Schuman – Ondes de forme – Nombre d'or- Lieu de travail et de sommeil – Taux vibratoire – Vitalité – Nettoyage ou hygiène énergétique du lieu – La mémoire de l'eau – Revitalisation de l'eau – Applications au bien-être et à la mesure des zones pathogènes ou équilibrées d'un lieu. Notions d'ondes – Effets sur le vivant – Seuils de tolérances – Recommandations -Solutions – Neutralisations – Cas pratiques, mesures, préconisations.

### **Biologie cellulaire de terrain (32h dont 16h en e-learning et 16h en téléprésentiel par zoom)**

Initiation à la Bioélectronique de Vincent et aux diathèses de Ménétrier et oligothérapie

La cellule au cœur de la santé et de la vie – Les grandes règles pour maintenir la santé et l'harmonie cellulaire – Les principales sphères métaboliques impliquées dans le dérèglement de la physiologie : dysfonctionnement du tube digestif, augmentation du stress oxydatif mitochondrial, altération du métabolisme glucido-insulinique, inflammation chronique à bas grade, défaut de désintoxication (en considération de l'approche allopathique préalable)

### **Communication professionnelle (8 h en téléprésentiel par zoom)**

Outils et techniques de communication professionnelle, se faire connaître, développer un réseau. Adapter une communication en adéquation avec ses valeurs. Créer ses supports et constituer son réseau professionnel. L'outil internet, création de blog, de site et utilisation professionnelle des réseaux sociaux - Se faire connaître à moindre coût.

### **Comprendre les analyses et examens biologiques (32h dont 21h en e-learning et 11h en téléprésentiel par zoom)**

Examens classiques de laboratoire : exploration du métabolisme glucidique, lipidique, de l'inflammation et des protéines, du métabolisme du fer, des troubles hépatiques, de la fonction rénale, la numération-formule sanguine, le bilan thyroïdien, spécificité des maladies infectieuses. Exercices pratique de lecture de bilans sur des exemples – Notion ambiguë de normalité – Autres techniques conventionnelles utilisées : examens anapath, épreuves fonctionnelles – Imagerie médicale : inventaire des techniques existantes (radiographie, échographie, scanner, IRM, etc.) : intérêts, principes, risques et limites – Les techniques énergétiques et biophysiques- Place de ces techniques dans une pratique naturopathique ? – Les bilans par questionnaire : intérêt et limites – Les bilans biologiques de terrain : bilan nutritionnels, stress oxydatif, acidose métabolique, dosage des acides gras, bilan des neuromédiateurs, perméabilité intestinale et flore digestive, intolérance alimentaires, exploration du risque cardio-vasculaire en considération de l'approche allopathique préalable – Tests spécifiques d'intoxication aux métaux lourds en considération de l'approche allopathique préalable.

### **Contraception naturelle et plantes au féminin plurielles (24h dont 14h30 en e-learning – 5h30 en téléprésentiel par zoom – 4 h en présence des stagiaires)**

Rappels des avantages, inconvénients et dangers des modes allopathiques – Présentation des différentes méthodes naturelles en insistant sur les conditions de mises en place, de sécurité et la prise en compte des facteurs de terrain et d'environnement ; avantages et inconvénients de chaque méthodes : méthode Ogino et question de la régularité des cycles ; méthode des températures et conditions de prise des températures ; méthode de la glaire cervicale et prise en compte des facteurs pouvant la modifier ; méthode par appareillage (mini lecteur informatisé) en fonction de la quantité d'hormones fabriquées et du coût d'achat et d'utilisation ; méthode barrière : préservatif masculin et féminin, diaphragme, cape, spermicide – Place de l'homme et l'intimité du couple.

Rappel Physiologie féminine – Accompagnement des grandes étapes de la vie et de leurs aspects émotionnels- Puberté : mise en place, aménorrhée, dysménorrhée, acné... - Grossesse : préparer la conception, la grossesse, l'accouchement, l'allaitement en considération de l'approche allopathique préalable – Ménopause : pourquoi la femme est le seul mammifère à « se ménopausé » ? - 3 cycles de 7 ans, pré ménopause, ménopause et post ménopause – Les troubles qui peuvent l'accompagner : minéral, métabolique, immunitaire, hormonal, vasculaire et mentaux en considération de l'approche allopathique préalable – Deux fléaux féminins de notre civilisation moderne, comment accompagner : infertilité et endométriose – approche en utilisant simples, bourgeons et huiles essentielles dont les matières premières jouissent d'une vitalité remarquable – Choix de plantes majeures, facilement disponibles et déclinées sous diverses formes : infusion, décoction, teinture, huiles macérées, huiles essentielles.

### **Cuisine : alternative crue, végan et sans gluten (8h en téléprésentiel par zoom)**

Diversifier les mono diètes de fruits et de légumes pour en redécouvrir tous les plaisirs- La place des plantes aromatiques et des épices dans les préparations salées et sucrées pour améliorer le quotidien - Les bonnes associations plaisir et santé - Utilisations des purées d'oléagineux dans les préparations chaudes et froides pour améliorer son apports en nutriments de qualité - Les entremets utilisant les substituts végétaux pour une alternative santé au lait de vache - Les préparations salées et sucrées sans gluten pour se faire plaisir - Redécouvrir les tubercules et tout savoir sur leur association - Les sauces froides et chaudes pour pimenter son quotidien – Quelques recettes savoureuses et adaptées à la vie moderne pour une alimentation santé au quotidien. Apprendre la cuisine sans gluten, vegan et crue pour l'adapter aux intolérances alimentaires

### **Dents et prévention santé holistique (8h en téléprésentiel par zoom)**

Rappels anatomie de la bouche et de la dent – Liens entre les dents et l'organisme – Dents, alimentation et digestion – Flore bucco-intestinale – Liens entre dents, structures ostéo-articulaire, postures et déséquilibre de terrain – Troubles locaux et troubles à distance – Dents et psycho-émotionnel – Dents et intoxication (tabac, alcool, fluor, métaux lourds, perturbateurs endocriniens) - Liens entre parodontite et autres pathologies – Prévention et hygiène bucco-dentaire – Détox des métaux lourds et des amalgames dentaires- approche holistique de soins bucco-dentaire au quotidien – Etude de cas

### **Déontologie de bilan de vitalité (32h dont 22h30 en e-learning – 9h30 en téléprésentiel par zoom)**

État des lieux de la place de la naturopathie en France – Environnement professionnel : les grands acteurs (OMNES / FENA), les autres facteurs d'évolution à prendre en compte (Directive compléments alimentaires,...) –Pratique non conventionnelle et droit – Principaux éléments de déontologie : Code et Charte de la naturopathie, environnement réglementaire, précisions sur « l'exercice illégal de la médecine » - Nécessité et conditions de collaboration avec médecins et autres professionnels de santé – Terminologie – Conditions de publicité, de fixation d'honoraires et de facturation – Avantages et inconvénients d'une possible reconnaissance par les autorités – Importance de la formation professionnelle pour les naturopathes.

### **Développement de projet professionnel (8h en téléprésentiel par zoom)**

Présenter son projet de création et/ou de développement d'activité professionnelle sur la base les éléments fondamentaux : étude de marché, plan d'activité, statut juridique-fiscal et social, besoins financiers – Démontrer la viabilité de son projet : demandes d'aide au financement- gestion quotidienne de l'activité (tâches administratives, gestion du planning, mise en place des normes en vigueur, ressources humaine) - Communiquer sur son activité : stratégie de communication, supports et outils de communication, dépôt de la marque, visibilité.

### **Élixirs floraux de Bach (20h dont 10h30 en e-learning – 5h30 en téléprésentiel par zoom – 4h en présence des stagiaires)**

Les origines et les fondements de l'approche du Dr Edward Bach : dimension énergétique (« vibratoire ») des fleurs et aide au rééquilibrage des différents plans de l'être – présentation des 38 Fleurs de Bach : préparation, mode d'action, utilisation..., Mises en situation par des exercices interactifs visant à développer des qualités d'écoute et d'observation pour être en mesure de faire un choix avisé – Utilisation en tant que technique de terrain dans le cadre des différentes cures naturopathiques – Ouverture sur les élixirs contemporains DEVA.

### **Elixirs floraux contemporains (20h dont 10h 30 en e-learning – 5h30 en téléprésentiel par zoom – 4h en présence des stagiaires)**

Aller au-delà des fleurs classiques – Présentation détaillée selon les différents niveaux d'action (physique, énergétique, émotionnel, mental et sens de la vie) – Appréhender l'action globale de l'élixir dans le processus d'auto-réparation – Synchronisation pour accorder son « piano émotionnel »- Présentation des 37 élixirs du laboratoire DEVA – Processus vivant et dynamique de préparation des élixirs- Place des éléments environnementaux – Conseils d'utilisation – Usages en application externes ; Apport des élixirs dans le cadre du bilan de vitalité pour un naturopathe- Savoir reconnaître les émotions de son client et la transmuter pour qu'elle devienne une ressource.

### **Entreprenariat, techniques de ventes et intervention en entreprises (24h dont 14h30 en e-learning – 9h30 en téléprésentiel par zoom)**

Développer un revenu complémentaire avec les ateliers en entreprise : construire une grille tarifaire d'intervenant - Valoriser les bénéfices de la naturopathie pour les collaborateurs d'une entreprise (QVT, SST, RH)- Savoir présenter et proposer ses services à une entreprise (client/partenaire/intermédiaire) en valorisant vos compétences de formateur/animateur/expert -Construire un sujet en réponse à une demande client - Étendre son audience, développer son réseau individuel et professionnel - Pérenniser vos interventions et votre carnet d'adresses - Maîtriser les outils clés d'une intervention réussie - Préparer et optimiser son intervention en public -Exploiter son potentiel lors d'une prise de parole en public - Garder le lien après ses interventions - Cas pratiques et mise en situation

Force de vente, techniques de vente pour acteurs du bio :

entreprenariat : passer de salarié à entrepreneur (les qualités de réussite de l'entrepreneur - les influences extérieures, familiales, amicales, relationnelles...- L'échec : tomber pour mieux se relever - L'importance d'une hygiène de vie au quotidien - Renforcer vos connaissances techniques et pratiques ( labos, catalogues labo, réseaux, pro magasins) - Développer ses compétences commerciales - Dynamiser son réseau pro - Conseiller la clientèle en naturo et satisfaire/fidéliser - Assurer le suivi des stocks, participer aux inventaires, et proposer d'autres fournisseurs - Tenue des rayons attractive, animation du rayon, dégustation et mise en avant des produits - Conseiller en alimentation et être force de proposition dans votre magasin - Les principales techniques de vente - Illustrations pratiques en laboratoire de compléments alimentaires ou en magasin bio et mise en pratique et scénarii de vente.

### **Gymnastique des organes (32h dont 10h30 en e-learning – 5h30 en téléprésentiel par zoom – 16h en présence des stagiaires)**

Rappels d'anatomie et de physiologie – Principes et finalités : stimuler les grandes fonctions physiologiques par des exercices physiques qui sollicitent la musculature générale et locale – Enseignement Desbonnet : historique et nécessaire évolution – Réponses physiologiques au travail musculaire – Choisir le mouvement juste adapté au tempérament du sujet – Muscles et santé : travail analytique et synthétique, progressivité, adaptation aux hypotoniques et fragilisés – Applications pratiques : travail en séries avec résistance et corrections.

### **Hygiène de vie de l'enfant et de l'adolescent (28h dont 14h30 en e-learning – 9h30 en téléprésentiel par zoom – 4h en présence des stagiaires)**

Allopathie et naturopathie : deux approches différentes – Rôle des pathologies infantiles dans le développement de l'enfant – Les moyens de défenses de l'organisme – Les caractéristiques des pathologies infantiles – Maladies virales, bactériennes, parasitaires et mycosiques (ORL, respiratoires, éruptives, digestives) – Situations d'urgence ne relevant pas de la naturopathie – Antibiotiques et alternatives naturelles en considération de l'approche allopathique préalable – Cadre législatif : vaccination, déclaration et isolement – Hygiène de vie globale de l'enfant et de l'adolescent : alimentation, exercice physique, gestion du stress

### **Hygiène de vie de la femme enceinte et du nouveau-né : en considération de l'approche allopathique préalable (32h dont 18h30 en e-learning – 5h30 en téléprésentiel par zoom – 8h en présence des stagiaires)**

'Santé des parents avant la conception : principes d'hygiène de vie – Principaux cas de stérilité ou d'infertilité– Meilleur moment pour attendre un enfant – Rôle du naturopathe dans la préparation et l'accompagnement de la grossesse en considération de l'approche allopathique préalable – Grossesse : signes, tests et examens en considération de l'approche allopathique préalable – Pathologies majeures de la grossesse – Alimentation et contrôle du poids – Préparation physique et psychologique en considération de l'approche allopathique préalable – Hygiène de vie pendant la grossesse – Modifications physiologiques – Équilibre glandulaire et sommeil en considération de l'approche allopathique préalable – Vivre sa grossesse mois par mois – Développement du fœtus – Apports de la micro nutrition – Intestin et immunité. – Accouchement : choix de la maternité et de l'équipe médicale – Techniques – Rôle du naturopathe – Situations à risque – Prévention des maladies infectieuses en considération de l'approche allopathique préalable – Allaitement – Relation mère-enfant- Les six premiers mois de l'enfant : approches naturopathiques santé pour les nouveaux-nés – premières maladies infantiles, hygiène de vie, rapport psycho-émotionnel avec la famille sous réserve de l'approche allopathique préalable.

### **Hygiène de vie des plus de 50 ans (20h dont 10h 30 en e-learning – 5h30 en téléprésentiel par zoom – 4 h en présence des stagiaires)**

Vieillesse et gérontologie : réalités socio- économiques et principaux problèmes posés – Différents facteurs de longévité – Principales théories scientifiques du vieillissement – Processus et manifestations du vieillissement aux différents niveaux de la physiologie – Principaux troubles de l'homéostasie – Vieillesse et modes de vie – Principales causes – Attitude naturopathique d'accompagnement face à la dégradation du terrain : rôles, importance et limites du naturopathe – Principales pathologies courantes : digestives, cardio-vasculaires, cutanées, circulatoires, auto-immunes, dégénératives, neuroglandulaires, iatrogènes, ostéo-musculaires,.. – Approche naturopathique dans le cadre des cures naturopathiques et techniques – Compléments alimentaires spécifiques : intérêts, conditions et limites – Repenser la place de la personne âgée dans la société – Recommandations de synthèse.

### **Installation professionnelle et initiation à la gestion d'entreprise (32h dont 22h30 en e-learning – 9h30 en téléprésentiel par zoom)**

Se préparer avec succès à la transition professionnelle « Être naturopathe : réussir sa mue professionnelle » - Communiquer efficacement : savoir-faire une conférence, donner une interview, se présenter et présenter son activité – Présentation du cadre juridique de l'exercice professionnel de la naturopathie en France et à l'étranger – Conséquences sur l'exercice professionnel – Anticiper les aspects juridiques, financiers, droit social, droit fiscal,...de sa future installation professionnelle : de l'idée au projet ; savoir présenter son projet ; financer des travaux et aménagements ; choisir son statut juridique : les bases ; zoom sur les trois principaux statuts ; solutions alternatives au démarrage ; les aides possibles ; formalités de création ; démarrer ! Les outils disponibles – Différents cas pratiques

Introduction aux documents financiers - Le cadre général de la gestion d'entreprise - A la découverte des documents de gestion de l'entreprise (Le bilan - Le compte de résultat - Le tableau de trésorerie). Présentation de la chaîne comptable - Zoom sur les postes du bilan - Zoom sur les postes du compte de résultat - De la comptabilité générale à la comptabilité analytique - Le calcul des marges. -Analyse de la rentabilité et de la solvabilité - Détermination du seuil de rentabilité ou "point mort" - Calcul de ratios de rentabilité - Analyse de différents tableaux de bord - Etude de cas

### **Intervision / supervision (8 h en présence des stagiaires)**

Comment rester à sa place, ne pas être envahi(e) pour être efficace et comment accueillir les émotions que l'on ressent et non pas comment faire pour « plaire » - Nécessité de ne pas rester seul(e), d'échanger pour préserver son énergie et maintenir sa motivation- Rencontrer d'autres professionnels, et notamment d'autres professionnels (posturologue, psychologue, ostéopathe, orthophoniste...) et comment travailler en harmonie et de façon complémentaire en respectant chaque pratique-. Complémentarité des approches. Lien du naturopathe avec son client : chacun à sa place – Place du naturopathe et place- Outils de travail, contrat et légitimité- Partenariat extérieur et comment travailler en réseau : les différents interlocuteurs possibles – Comprendre ce que fait l'autre pour savoir orienter – Travailler en confiance avec les autres professionnels et maintenir le lien- Supervision : lieu pour parler de notre pratique professionnelle et en particulier des cas qui nous envahissent- Intervision : rencontre entre plusieurs professionnels (4 à 8) naturopathe, orthophoniste, psychologue, thérapeute familiale, ostéopathe, qui échangent sur leurs pratiques soit sous forme de cas exposés, soit sous forme de thème – Comment progresser ? – Cas pratiques.

### **Introduction à la psychologie (20h dont 10h30 en e-learning – 5h30 en téléprésentiel par zoom – 4h en présence des stagiaires)**

Le domaine de la psychologie en naturopathie : l'anamnèse de la psychologie en naturopathie – la relation d'aide à la personne – le suivi de la personne. Savoir reconnaître les principaux troubles psychiques sous réserve de l'approche allopathique préalable : 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. Ce qu'il faut retenir des grands courants de pensée en psychologie -La construction de la personnalité – L'inscription dans l'univers, lien et filiation – Le développement psycho moteur de l'enfant – Le développement de la relation humaine – Les besoins fondamentaux. Liens avec la psychologie et l'iridologie. Les différents troubles psychiques en considération de l'approche allopathique préalable. 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 – Les outils de la psychologie en naturopathie. Nombreuses pratiques et illustrations. Les principaux troubles de la personnalité – Autisme – Schizophrénie – Alzheimer – L'arbre de nos folies - Les personnalités psychotiques : schizoïde, antisocial, paranoïaque, narcissique, border line, dépendant, histrionique, pervers, évitant. Les différents types de dépression – Bipolarité – Crise de l'adolescence.

### **Iridologie de terrain (40 h dont 8 h en téléprésentiel par zoom - 24h en e-learning – 8h en présence des stagiaires)**

Fondements, grands principes et limites – Histoire et évolution de l'iridologie – Étude 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. Nombreux cas pratiques.

### **Iridologie de terrain - renforcement (16h en présence des stagiaires)**

Évaluation 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 – Mise en pratique au travers de nombreux cas – Entraînement et accompagnement au bilan iridologique. Nombreux cas pratiques en lien avec la morphologie.

### **Initiation à la lithologie (8h en téléprésentiel)**

Lithothérapie comme discipline holistique - Rappel des notions d'énergie vitale, sa circulation et ses blocages et interférences- Résonance avec l'organisme par leur composition chimique et interaction de l'énergie des pierres avec la structure énergétique humaine - interférences de la circulation énergétique (approches traditionnelles hindoue, tibétaine et chinoise de la santé) sur les sphères physiques, énergétique, psychique et spirituelle- voies d'application exclusivement externes- mode d'emploi d'application des minéraux dans le cadre d'une hygiène de vie adaptée basée notamment sur les techniques de méditation et de visualisation avec l'aide d'outils de vérification (radiesthésie et tests musculaires)- rééquilibrages énergétiques -combinaisons avec d'autres approches de terrain – identification des déséquilibres énergétiques – pierre porteuse d'informations que l'organisme interprète en fonction des centres énergétiques d'application- trousse à outil basique de 10 pierres – protocoles de lithothérapie et méthodologie pour approcher différents déséquilibres bio-énergétiques – purification et recharge des pierres- perception des énergies subtiles.

### **Micronutrition et compléments alimentaires : acquérir un sens critique (32h dont 14h30 en e-learning – 9h30 en téléprésentiel par zoom – 8h en présence des stagiaires)**

Grands principes de l'approche ortho- moléculaire ou micro nutritionnelle en considération de l'approche allopathique préalable – Travaux de Pauling – Nécessité d'enrichir notre alimentation : concentrations et besoins du corps, carences et conséquences – Etude des acides aminés essentiels et non essentiels, vitamines, minéraux, enzymes, acides gras, ... - Sources alimentaires les plus riches – Antioxydant et molécules protectrices : vitamine C, E, bêta-carotène et sélénium, zinc, magnésium et fer, apport en vitamine du groupe B, Acide alpha-lipoïque, Coenzyme Q10, poly phénols, caroténoïdes, alkyl glycérols – Nutriment de la sphère ostéo-articulaires – Nutriment utiles en cas d'hypercholestérolémie – Nutrition du cerveau – Probiotiques et prébiotiques – Aide digestive – Nutriment vasculaires – interactions avec les principaux médicaments prescrits par l'allopathe.

Quelle est la réelle valeur ajoutée des compléments alimentaires dans le cadre d'un bilan de vitalité- L'indispensable mise en place en amont d'une hygiène de vie – Le refus d'une démarche symptomatique au profit d'une approche globale et de terrain – Intérêts de la distinction entre qualité naturelle et qualité biologique – Modes de fabrication et marché d'approvisionnement- Décryptage d'une étiquette- Critères de qualité – Mode d'action du produit – Précautions d'emploi et effets indésirables possibles – Modèle de cure naturopathique dans la durée – Que penser des informations communiquées par les laboratoires sur les produits qu'ils commercialisent.

### **Morphophysiologie pratique et synthèse (16h en présence des stagiaires)**

Méthode d'exploration directe pour apprécier la vitalité et l'état des organes, les nuances du tempérament, le fonctionnement organique – Morphologie de détail : formes du crâne/glandes endocrines, visage, mains, ongles, oreilles,

nez, bouche, membres, squelette, muscles, ... - Constitution, tempéraments et diathèses – Applications pratiques en lien avec l'analyse iridologique du client.

### **Phytologie appliquée (20h dont 10h30 en e-learning – 5h30 en téléprésentiel par zoom – 4 h en présence des stagiaires)**

Étude individuelle des plantes les plus utilisées de A à Z (de l'artichaut à la vigne rouge) : botanique, conditions du milieu et écologie, conditions de culture et de cueillette, composition chimique, parties utilisées, toxicité éventuelle, principales propriétés, effets secondaires possibles, contre-indications. Monographie de plantes par système. Plantes spécifiques et adaptogènes. Choix et utilisation des plantes et de leur forme en naturopathie. Gemmothérapie, monographies de plantes et utilisation. Éléments de pharmacologie – Approche tempéramentale de la phytothérapie- Synthèse et intégration au conseil - Etude de cas pratiques.

### **Podoréflexologie (36h dont 14h30 en e-learning – 5h30 en téléprésentiel par zoom – 16h en présence des stagiaires)**

Comprendre les modes d'action de la réflexologie plantaire pour améliorer le terrain – Grands principes et fondements d'application – Histoire et évolution- Spécificités de la réflexologie et des vecteurs énergétiques – Étude de anatomie du pieds et présentation – 7200 terminaisons nerveuses sous chaque pieds – Spécificité de l'approche naturopathique : une méthode pour traiter tout le corps dans le cadre d'une hygiène de vie retrouvée : cures et force vitale – Cadre légal et éléments de déontologie – Limitations et contre-indications – Applications pratiques.

### **Posturologie (8h en présence des stagiaires)**

Présentation des mécanismes biomécaniques et neuro-physiologiques régulant les grands aplombs – Déséquilibre de ces grands aplombs et excès de contraintes aboutissant à des modifications du schéma moteur- Etude des différentes origines du déséquilibre postural au niveau des différents capteurs : podaux, mandibulaires, visuels, proprioceptifs articulaires, vestibulaires. Déséquilibre et constitution, modes de vie ou accidents – Syndrome de déficience posturale (S.D.P.) et tests couramment pratiqués - Place du bilan postural dans le cadre d'un bilan de vitalité naturopathique – Rééducation posturale – La Verticale de Barré – La mesure en posturologie – Stabilo métrie – Cas pratiques.

### **Prise de parole en public (1 h dont 8h en e-learning et 8h en téléprésentiel par zoom)**

Connaître et apprendre à maîtriser ses réactions physiques - Les 3 phases d'une prise de parole - Accueillir son trac grâce à la respiration - Les éléments clés d'une communication verbale réussie- Valoriser et rythmer son discours pour renforcer son impact : la modulation de la voix - Savoir se mettre en scène : délivrer un message assertif - S'affirmer et garder le contrôle - Savoir se rendre disponible, mobiliser ses idées pour être dans l'ici et le maintenant -Gérer un auditoire difficile – nombreux cas pratiques et mises en situation

### **Relation d'aide, savoir être en bilan de vitalité (16h dont 4h en e-learning , 4h en téléprésentiel par zoom et 8h en présence des stagiaires)**

Savoir mieux gérer ses émotions, écouter en profondeur, être empathique avec son client et pouvoir gérer les différends dans un climat apaisé – Communication NonViolente (CNV) pour dialoguer de manière authentique et constructive – Autres outils pour créer un climat favorable permettant de reconnaître le besoin du client, lui donner confiance pour la motiver dans sa cure : moteurs du comportement ; tonalité de l'entretien ; l'art du reflet ; l'écoute réflexive ; balance décisionnelle – Mieux gérer certaines situations de frustration et/ou de tension. Comment créer une situation de confiance avec son client, identifier les résistances aux changements, trouver des solutions aux blocages, et donner envie au client d'adopter une nouvelle hygiène de vie en lui en renforçant ses moyens d'adaptation aux processus de transformation- outils de communication et qualités d'être ; nécessité d'un travail sur soi, travail sur les émotions négatives pour acquérir sérénité, clarté et rester centré, établir un champ relationnel de haut niveau ; Hygiène vitale appliquée : clinique et pratique sous le contrôle d'un formateur. Travail de recherche et d'expérimentation sous le contrôle d'un formateur- Approfondissement de la pratique. – Synthèse et pratique de la formation. Approfondissement de la posture du praticien naturopathe- Savoir-être : posture du thérapeute, centrage et neutralité, outils pratiques et applications. Questologie. Mises en situation et pratique.

### **Techniques énergétiques (8h en présence des stagiaires)**

Techniques énergétiques pour renforcer la vitalité pour harmoniser les flux d'énergie circulant- techniques énergétiques, naturopathie et hygiène de vie- taux vibratoire : mesures, facteurs pouvant l'abaisser et ses conséquences – Recharge vitalisante aux travers de différentes techniques possibles (chronothérapie, sonothérapie, contacts avec les éléments naturels vitalogènes, lieux hautement vibratoires- Notions de transfert d'énergie subtiles entre le naturopathe et son client - Pratiques pour la protection du thérapeute, harmonisation de son cabinet, ancrage et visualisation.

### **Techniques de libération émotionnelle (24h dont 8h en e-learning et 16h en présence des stagiaires)**

les émotions et les besoins non satisfaits (Maslow et autres) - Les blessures de l'enfance : rejet, abandon, humiliation, trahison, injustice - Les principaux outils pour aider le client à vivre de façon satisfaisante ses émotions (avant, pendant et après une consultation)- les technique d'ancrage pour une meilleure disponibilité – Les technique de synchronisation pour créer une relation de confiance – Les technique d'ancrage ou désensibilisation pour l'anxiété - La gestion des conflits internes par la négociation- La technique de visualisation pour prévention ou correction du terrain (physique, psychique ou émotionnel) – La technique de libération émotionnelle avec la respiration ou avec le tapping ou EFT- Etudes de cas

### **Techniques manuelles - renforcement (24h en présence des stagiaires)**

Rappel de l'anatomie des systèmes musculaires et osseux – Anatomie manuelle : reconnaître la qualité des tissus lorsque l'on masse- Rappel des manœuvres de base en fonction des différents plans : musculaire, articulaire, tendineux, ligamentaire, conjonctif et viscéral – Correction des défauts personnels et affinement de la perception du toucher – Reconnaissance des zones infiltrées, indurées, de tensions, de relâchement et d'hypoactivité – Manœuvres adaptées aux divers tissus : conjonctif, musculaire, ligamentaire, circulatoire, lymphatique, veineux et viscéral – Choix et applications des techniques en considération de l'approche allopathique préalable – Massage hygiénique global : du massage général au massage local et inversement – Préparation physique du masseur et positions de travail – Législation et naturopathe.

## **OBJECTIFS COMMUNS DES DIFFERENTS SOUS MODULES**

Acquérir et développer les compétences en naturopathie à travers le conseil opérationnel auprès des clients et la mise en pratique en situation de consultation de bilan de vitalité dans les différents domaines couverts.

### **BLOC 4 : SE PRÉPARER A L'INSTALLATION PROFESSIONNELLE : RENCONTRES PROFESSIONNELLES**

**PRÉREQUIS** : AVOIR SATISFAIT AUX EPREUVES DU BLOC 3

***DURÉE DU MODULE : 8 heures en téléprésentiel par zoom***

**MOYENS PÉDAGOGIQUES, TECHNIQUES ET D'ENCADREMENT MIS EN ŒUVRE :**

- Face à face pédagogique
- Remise de supports pédagogiques
- Projection en salle sous forme de diapositives power point ou de films d'animation
- Applications pratiques sous l'encadrement du formateur
- Contrôle continu et examens

#### **PROGRAMME**

Démarches et conseils pratiques. Approfondir et actualiser ses connaissances, perfectionner son accompagnement naturopathique en pratique professionnelle, renforcer son réseau et développer des partenariats entre praticiens- Maîtriser l'évolution juridique et économique de la profession - Favoriser l'apprentissage du travail en réseau – Partager les premiers pas professionnels des anciens professionnels installés – Préparer à la formation en situation de travail.

#### **OBJECTIFS**

Renforcer la méthodologie – Acquérir une autonomie dans son exercice professionnel – S'installer- Familiariser les apprenants avec leur future activité professionnelle et ses conditions d'exercice de celle-ci dans le secteur des médecines douces.

### **BLOC 5 : SE LANCER : FORMATION EN SITUATION DE TRAVAIL EN ENTREPRISE DANS LES SECTEURS DE DE L'HYGIENE DE VIE ET DE LA PREVENTION**

**PRÉREQUIS** : AVOIR SATISFAIT AUX ÉPREUVES DE LA TOTALITÉ DU CURSUS

***DURÉE DU MODULE : 180 HEURES MINIMUM***

#### **PROGRAMME**

Cette période d'application conditionne la remise de l'attestation de formation de Praticien Naturopathe. Elle donne lieu à un rapport d'immersion permettant à l'apprenant et à l'entreprise d'accueil de faire le point sur l'expérience acquise de l'apprenant et sur la satisfaction de l'entreprise d'accueil et de l'apprenant.

L'apprenant choisit son entreprise d'accueil sur la base des « fiches d'immersion » fournies par ISUPNAT présentant brièvement ses activités et précisant le profil recherché et les éléments pratiques à connaître : mission proposée, profil recherché, coordonnées de la personne à contacter, lieu d'application, période, durée, formation proposée, début souhaité.

Cette période d'application fait l'objet :

a) Avant sa mise en place : d'une convention organisant la formation en situation de travail en entreprise qui a pour objet d'offrir un cadre légal et sécurisé à l'ensemble des parties signataires : l'entreprise, le stagiaire et ISUPNAT.

b) Après celle-ci : d'un rapport de formation en situation de travail qui fait l'objet d'une validation par l'entreprise d'accueil et ISUPNAT.

Cette expérience en entreprise peut déboucher sur un emploi, offert à l'apprenant à l'issue de la période de formation en entreprise.

#### **OBJECTIFS**

Intégrer le panorama de compétences professionnelles en naturopathie : conseils en cabinets de consultation, conseils en magasins biologiques, conseils auprès de laboratoires de compléments alimentaires, conseils hygiène de vie en entreprise, conseils et interventions dans le cadre de centres de soins en santé naturelle, ...

#### **VALIDATION DES ACQUIS :**

Rapport d'immersion des savoir en entreprise de deux pages



## **BLOC 6 : TRAVAIL DE SYNTHÈSE ET DE RECHERCHE DE FIN DE CURSUS DANS UNE LOGIQUE DE DÉVELOPPEMENT D'ACTIVITÉS**

**A NOTER** : Ce bloc spécifique n'est pas compris dans le programme de formation professionnelle mais il fait partie intégrante du cursus ISUPNAT.

**PREREQUIS** : AVOIR SATISFAIT AUX ÉPREUVES DE TOUT LE CURSUS ET AVOIR ACHEVÉ SON IMMERSION PROFESSIONNELLE

**DURÉE DU MODULE** : Travail personnel estimé à 300 heures

### **PROGRAMME**

#### **Contenu**

Un minimum de 70 pages écrites (jusqu'à 100 pages maximum) hors schémas, photos et annexes - en police Arial taille 12- marges de 2.5 cm à droite et à gauche – interligne de 1.5 cm.

Le mémoire est strictement personnel et ne peut être élaboré en groupe.

#### **Méthodologie de recherche**

Après le choix du sujet, justifier et argumenter son contenu sur des bases solides, en privilégiant notamment les sources suivantes

- Les banques de données universitaires,
- La presse médicale,
- Les publications dites scientifiques,
- Les livres et sites Web spécialisés,
- La grande presse,
- Les livres et sites Web grand public,
- Sans oublier les documentations des partenaires ISUPNAT.

#### **OBJECTIF**

Réaliser une synthèse des compétences professionnelles acquises à travers l'expérience métier et les travaux de recherche dont le Praticien Naturopathe doit faire usage dans le cadre de sa pratique professionnelle.

**VALIDATION DES ACQUIS** : le mémoire de recherches de fin de formation fait l'objet d'une évaluation.

#### **VÉRIFICATION DES ACQUIS POUR L'ENSEMBLE DE LA FORMATION :**

L'appréciation des acquis des connaissances se matérialise comme suit :

Pour les sessions de formation réalisées sur la plateforme à distance :

- Trois auto-évaluations jalonnant le parcours de formation à distance sur la plateforme sous forme de questions ouvertes avec un système de correction comparative réalisée a posteriori par les stagiaires eux-mêmes, afin de confronter leurs propres réponses à celles qui leur sont fournies ;
- Des QCM qui jalonnent le parcours de formation à distance sur la plateforme ;

Pour les sessions de formation réalisées en présence des stagiaires et en visio-conférence à distance :

- Deux (2) cas pratiques de consultation de bilan de vitalité sous forme de questions / réponses de 60 minutes.
- A la fin du cursus, un examen oral sous la forme d'un cas pratique de bilan de vitalité et un examen écrit sous forme d'un QCM.