



PROGRAMME DE LA FORMATION CERTIFICATION NATUROPATHE

REMISE À NIVEAU SCIENTIFIQUE

L'objectif est de vous permettre de démarrer votre formation avec des bases solides et structurantes en sciences fondamentales.

 Mai 2022
- Déc 2022

- ▶ La vie au microscope (biologie et biochimie)
- ▶ Les fondamentaux de l'anatomie des systèmes

Cycle 1

LA SANTÉ, LE BIEN-ÊTRE & LA NATUROPATHIE

 Janvier 2023
- Juin 2024

Dans ce premier cycle, nous étudierons la naturopathie en nous concentrant sur son objectif premier : **la prévention et l'optimisation de son hygiène de vie en considérant la personne dans son intégralité (physique et psychique)**. Pour cela nous commencerons par étudier le fonctionnement normal du corps humain et de la psyché humaine en s'attachant à faire le lien avec les fondamentaux de la naturopathie et ses techniques principales pour agir sur sa vitalité. Nous nous intéresserons également aux ressorts naturopathiques à utiliser et préconiser en fonction des situations et des publics visés.

Physiologie des systèmes et métabolismes

 Environ 100 heures de cours en live

- › Système digestif
- › Système nerveux
- › Système lymphatique et immunitaire
- › Système urinaire
- › Système endocrinien
- › Système reproducteur
- › Système respiratoire
- › Système cardio-vasculaire
- › Système ostéo-musculaire
- › Système tégumentaire
- › Les sens

Les fondamentaux de la naturopathie

 Environ 30 heures de cours en live

- › Les 10 techniques naturopathiques
- › Les 5 principes fondateurs de la naturopathie : vitalisme et homéostasie, terrain, causalisme, hygiénisme, holisme
- › Les 3 piliers de la naturopathie : alimentation, gestion des émotions et mouvement
- › Les différentes cures naturopathiques : détox, revitalisation et stabilisation
- › Les stratégies naturopathiques par émonctoires
- › La notion de terrain

Suite du
Cycle 1 →

Suite du
Cycle **1**

LA SANTÉ, LE BIEN-ÊTRE & LA NATUROPATHIE

Janvier 2023
- Juin 2024

Les piliers de la naturopathie

1. Nutrition et alimentation

> Les principes nutritionnels

- Macronutriments et besoins de l'organisme
- Agrobiologie
- Classification des aliments
- Digestion et élimination
- Équilibre acido-basique
- Associations alimentaires
- Réformes & recommandations alimentaires
- Restrictions alimentaires et leurs limites : régimes restrictifs, monodiète et jeûne

 Environ 40 heures de cours en live

> La micronutrition

- Les vitamines
- Les oligo-éléments
- Les sels minéraux

 Environ 30 heures de cours en live

2. Le psychisme et relation d'aide

- > Le pouvoir de l'esprit
- > La gestion des émotions
- > La gestion du stress
- > La communication non-violente
- > Techniques de relaxation
- > L'amélioration du sommeil


 Environ 30 heures de cours en live

3. Le physique

- > Activités physiques et mouvement
- > Épanouissement sexuel
- > Environnement et conditions de vie


 Environ 20 heures de cours en live

Les techniques naturopathiques

 Environ 70 heures de cours en live


- > Phytologie
- > Aromatologie
- > Relaxation
- > Hydrologie
- > Techniques manuelles
- > Remèdes naturels

Déséquilibres & accompagnements naturopathiques

 Environ 30 heures de cours en live

- > Les principaux déséquilibres, leurs causes et leur prise en charge naturopathique

Accompagnements spécifiques en naturopathie


 Environ 30 heures de cours en live

- > La femme enceinte
- > Le nourrisson et l'enfant
- > Le sportif
- > Gériatrie
- > Végétarien / végétane

Méthodologie & travail de recherche

 20 heures de cours en live d'accompagnement au travail de recherche

Psychologie - psychopathologies & thérapies

 Environ 20 heures de cours en live


- > Les principales psychopathologies et leurs accompagnements naturopathiques
- > Les différentes psychothérapies
- > Les thérapies psychanalytiques
- > Les dangers des manipulations mentales

Bilan vital

 Environ 15 heures de cours en live

- > Anamnèse et outils d'analyses naturopathiques
- > Analyses et bilans biologiques
- > Utilisation des bilans de terrain ou sanguins spécifiques

Humanités & culture générale

 Environ 20 heures de cours en live

- > Philosophie des sciences
- > Approche critique de la naturopathie
- > Approche socio-économique de la santé

Ateliers pratiques

 Environ 15 heures de cours en live

- > Réalisation d'une tisane et d'une décoction
- > Exercices respiratoires
- > Organiser sa detox
- > Communication non-violente
- > Utiliser les huiles essentielles au quotidien
- > Réaliser des plats lactofermentés
- (Liste non-exhaustive)

Cycle **2**

LA NATUROPATHIE, PRATIQUE & PROFESSIONNALISATION



Juin 2024
- Décembre
2024

Au cours de ce deuxième cycle, nous nous focaliserons sur **la pratique du métier et la préparation du lancement entrepreneurial**. Bien souvent, les naturopathes en sortie de formation se retrouvent désarmés face à la pratique concrète et réelle de leur métier. Cette partie professionnalisante vous permettra de mettre en application les connaissances que vous aurez acquises précédemment, de vous entraîner et de vous perfectionner à travers des mises en situation concrètes et des conduites de consultations réelles.

Pratique du métier



Environ 50 heures de cours en live

- › Système de santé en France : santé publique et place de la naturopathie
- › Éthique, jurisprudence et déontologie
- › Posture et valeurs du thérapeute,
- › Gestion de la relation thérapeute-client
- › Communication et langage du thérapeute
- › Mise en pratique
- › Réalisation d'un programme/protocole naturopathique
- › Méthodologie et outils de consultation
- › Exploration des différentes disciplines complémentaires : programmation neurolinguistique, hypnothérapie, sophrologie, art-thérapie...

Lancement de l'activité



Environ 50 heures de cours en live

- › Aide à l'entrepreneuriat et au développement de votre activité
- › Créer une stratégie de développement propre à votre activité
- › Développer un réseau professionnel et de partenaires
- › Maîtriser les codes et les outils de communication digitale
- › Gestion de cabinet : comptabilité et fiscalité
- › Naturopathie, déontologie et cadre légal

Dans un souci d'amélioration continue et dans le but de s'adapter aux besoins de nos apprenants, ce programme pourra être amené à évoluer.