

Praticien de santé Naturopathe

PROGRAMME DÉTAILLÉ DES 4 ANNÉES

120 jours
1200 heures
4 ans

Contenu de la formation

Les 8 modules de la formation sont abordés durant chacune des 4 années, en partant des bases jusqu'au perfectionnement.

Chaque journée est rythmée de sessions d'acquisition de connaissances et de sessions d'expression sur les thèmes abordés. Cette pédagogie rend chaque thème plus vivant et abordable par tout public.

L'ALIMENTATION SOURCE DE VIE : bases d'alimentation, de nutrition et de diététique, aliments spécifiques, rôle des vitamines, équilibrer un repas, apprendre à cuisiner et à crusiner, toxicologie alimentaire, Notions d'équilibre acido-basique. Les jeûnes et leur accompagnement. Les régimes et leurs conséquences, Biochimie alimentaire, expériences nutritionnelles, Indice glycémique, chronobiologie alimentaire. Les pathologies alimentaires. Programme d'équilibre alimentaire adapté aux tempéraments

LES PLANTES, SOURCES DE SANTÉ : Différentes modes d'utilisation des plantes, bases de botanique, de phytothérapie et d'aromathérapie. Sortie pédagogique pour reconnaître les plantes comestibles et les plantes médicinales. Phytothérapie des organes éliminateurs. Perfectionnement en aromathérapie. Phytothérapie appliquée, fleurs de Bach. Gémothérapie et les autres thérapies liées aux plantes. Phytothérapie des pathologies. Homéopathie en naturopathie.

CONNAISSANCE DU CORPS HUMAIN : connaissance des microbes, la santé de l'intestin, fonctionnement des organes éliminateurs. Bases de génétique et de biochimie pratiques, Bases de toxicologie et d'allergologie pratiques, Connaissance de la cellule, Les 5 sens et la stimulation sensorielle, Connaissance du fonctionnement des sens. Le corps par appareils : digestif, respiratoire, reproducteur, cardio-vasculaire, urinaire, Pathologies par appareil. Le sommeil. Le corps par système : nerveux, lymphatique, immunitaire, endocrinien, Pathologies par système, Analyses biologiques. Techniques de dialogue avec les organes (réflexologie, auriculothérapie, iridologie, kinésiologie, posturologie, ...) Biologie des émotions. Le corps en fonction de l'âge et du sexe

ACTIVITÉ PHYSIQUE ET BIEN-ÊTRE : Biokinésie de santé, approche du toucher relationnel. Stimulation des organes éliminateurs. Biokinésie du relâchement mental, massage bien-être. Relaxation. Lumière et santé. Renforcement musculaire. Biokinésie adaptée à l'âge, massage relationnel. Approche des différentes techniques de santé physique. Etablir un programme individuel d'activité physique

PSYCHOLOGIE NATUROPATHIQUE : Notions de base et bienveillance du groupe. Communication bienfaisante, pensée positive, analyse transactionnelle. Processus de la présence. Recherche de sens. Psychothérapie naturopathique, pouvoir des mots. Psychologie appliquée à la démarche du naturopathe

DETOXIFIER ET REVITALISER UN CORPS : Les 3 cures, Toxicologie pratique et environnementale. Techniques de détoxification. Techniques de revitalisation. Hydrologie. Réflexologie et sympathicothérapie. Pneumologie

LA RICHESSE DE L'HUMAIN : Connaître ses talents et les faire connaître. Développer ses talents. La méditation laïque. S'enrichir de nouveaux talents. Magnétisme, bioénergétique et autres techniques intuitives. Apporter ses talents dans la démarche naturopathique. Croyances et spiritualité. S'installer comme naturopathe : consultation, aspects juridiques et fiscaux.

COMMUNICATION ET TRANSMISSION : Techniques pour apprendre sans effort. Techniques de communication orale. Techniques de communication écrite. Savoir transmettre un message.