



## PROGRAMME DE FORMATION CONSEILLER EN NATUROPATHIE

EN LIGNE, 10 SEMAINES

*Para+C, la Compétence au Service de l'Être, et pas l'inverse.*

### Comprendre comment suivre la formation, et point sur la législation avec la naturopathie

#### Module 1 – Chapitre 0 - Introduction à la formation – Semaine 1

=> Explications sur le déroulé de la formation, l'organisation à observer, les précautions à prendre pour un bon suivi dans le cadre de la formation professionnelle.

**Objectif :** Être capable de comprendre et de se servir de la plateforme de formation.

#### Module 1 - Chapitre 1 : Définitions de la naturopathie et législation – Semaine 1

=> Etude de l'évolution de la naturopathie au fil du temps, de sa naissance par les herboristes puis dans les pharmacies, à l'évolution de la loi autour de cette profession et les règles aujourd'hui en tant que conseiller en santé naturelle. Poser un cadre pour comprendre l'origine de la législation et connaître les façons possibles d'exercer votre profession en toute sécurité.

**Objectif :** Être capable de définir la naturopathie en connaissant sa définition et son cadre réglementaire.

### Les mécanismes du fonctionnement de l'organisme, le « médecin intérieur », le principe d'auto-équilibre

#### Module 2 - chapitre 1 : Principe d'homéostasie, température et tension artérielle – Semaine 2

=> Étude de ce principe d'auto-équilibrage du corps sur plusieurs normes; hypothalamus, température corporelle, éléments sanguins, tension artérielle.

**Objectif :** Être capable de définir les systèmes d'auto-régulation du corps, l'homéostasie.

#### Module 2 - chapitre 2 : Equilibre acido-basique et glycémie – Semaine 3

=> Comprendre le principe d'équilibre via le pouvoir tampon, ainsi que la gestion des sucres et graisses par l'organisme.

**Objectif :** Être capable de comprendre le rôle de l'homéostasie dans le corps, et le principe du « médecin intérieur ».

### **Module 2 - chapitre 3 : Les déchets et les humeurs, notion de terrain et diathèse – Semaine 4**

=> Comprendre l'importance d'avoir des humeurs, donc des liquides organiques de qualité, pour préserver sa santé. Notions de terrain et de diathèse, en fonction de l'hérédité et de l'hygiène de vie.

**Objectif :** Être capable de définir quels déchets peuvent être présents dans le corps, et sous quelle forme en fonction des sources, pour savoir comment les évacuer.

### **Module 2 – chapitres 4, 5 et 6 : Les émonctoires – Semaine 5**

=> Etudier les émonctoires, principales voies de sortie des déchets de l'organisme, déterminer les liens qu'il existe entre eux ; la peau, les reins, les poumons, le foie, les intestins (+ flore intestinale).

**Objectif :** Comprendre le fonctionnement et le rôle des émonctoires, pour être capable de les aider à se régénérer selon les maux observés, en connaissance des contre-indications et des connections entre eux.

### **Module 2 - chapitre 7 : Système digestif, Alimentation en Naturopathie, Vitamines et Minéraux – Semaine 6**

=> Étudier le système digestif avec les principaux acteurs de digestion (enzymes, sécrétions, durées...) à chaque étape et les maux courants associés. Etudier les principales tendances dans l'alimentation ; crudovorisme, alimentation hypotoxique, méthode des associations alimentaires, pour vous faire votre propre idée à ce sujet, recouper les idées communes, répondre aux idées fausses.

**Objectif :** Être capable d'aider chaque personne à trouver un équilibre alimentaire qui lui correspond, en fonction de son organisme et son fonctionnement, et de l'éduquer sur l'importance d'une bonne digestion pour sa santé.

### **Module 2 - chapitre 8 : Système nerveux, Stress et Emotions – Semaine 7**

=> Étudier le système nerveux, les phases de stress, son action sur l'organisme, l'importance d'une bonne gestion des émotions et les techniques pour le faire.

**Objectif :** Être capable de cerner les problèmes de santé d'origine émotionnelle d'un individu et de lui proposer des solutions concrètes dans l'hygiénisme pour équilibrer son système nerveux.

## **Etude des solutions Naturelles complémentaires aux conseils de Naturopathie Hygiéniste**

### **Module 3 - chapitre 1 : La phytothérapie – Semaine 8**

=> Etude des plantes traditionnellement utilisées dans la pharmacopée, avec leurs indications, contre-indications et associations judicieuses pour agir en synergie. Exemples de tisanes et les périodes appropriées pour les prendre, notamment pour détoxifier l'organisme, ou lui redonner de l'énergie.

**Objectif :** Être capable de définir les plantes les plus communes utilisées en phytothérapie et leurs modes d'application.

### **Module 3 - chapitre 2 : L'aromathérapie – Semaine 8**

=> Etude des principales huiles essentielles indiquées pour les maux courants, leur mode d'action et les précautions à prendre.

**Objectif** : Être capable de définir les huiles essentielles les plus communes utilisées en aromathérapie, leurs modes d'application et contre-indications.

### **Module 3 - chapitre 3 : La nutrithérapie ou compléments alimentaires naturels – Semaine 9**

=> Etude des mélanges de plantes et/ou de minéraux existants sur le marché, les complexes avantageux selon les objectifs à atteindre.

**Objectif** : Être capable de définir les compléments alimentaires les plus utilisés sur le marché, ainsi que leurs modes d'application.

### **Module 3 - chapitre 4 : Le jeûne hydrique et le jeûne sec – Semaine 9**

=> Etude des différents types de jeûnes, comment les conseiller en fonction de la vitalité du consultant.

**Objectif** : Être capable de conseiller sans danger une technique de jeûne adaptée.

### **Module 3 - chapitre 5 : Etude de la peau et des cheveux, et leur soin en naturopathie. Semaine 10**

=> Cours sur les dermatoses, l'acné, le vieillissement, les cheveux.

**Objectif** : Être capable de comprendre les causes des maux au niveau des cheveux, de la peau, et de trouver des solutions naturelles.

### **Module 3 - chapitre 6 : La minceur et la naturopathie. Semaine 10**

=> Etude des mélanges de plantes et/ou de minéraux existants sur le marché, les complexes avantageux selon les objectifs à atteindre.

**Objectif** : Être capable de définir les compléments alimentaires les plus utilisés sur le marché, ainsi que leurs modes d'application.

### **Module 3 - chapitre BONUS : Initiation au DO-IN**

### **Module 3 - chapitre BONUS : Initiation aux Fleurs de BACH**

### **Module 3 - chapitre BONUS : Initiation à l'homéopathie**

### **Module 3 - chapitre BONUS : Initiation aux produits de la ruche – Apithérapie**

## **Apprendre à faire un Bilan de Vitalité - Anamnèse**

### **Module 4 - chapitre 1 : Le questionnaire client – Semaine 10**

=> Récapitulatif des questions à poser pour comprendre le fonctionnement de votre client de façon holistique, globale, afin de l'accompagner au mieux dans son action pour se revitaliser ou booster son processus d'auto-guérison.

**Objectif** : Être capable de réaliser une anamnèse, de comprendre et d'expliquer l'état de santé de l'individu, et lui proposer 3 conseils en hygiénisme, sur 1 à 3 séances.

## Ton Activité Professionnelle en tant que Thérapeute

### Module 5 - chapitre 1 : Création d'Entreprise – Semaine 10

=> Données concrètes pour s'installer en tant que praticien en santé naturelle.

**Objectif** : Être capable de créer une micro-entreprise.

### Module 5 - chapitre 2 : Ouvrir le champ des possibles – Semaine 10

=> Etudier les questions à se poser pour créer une activité qui vous ressemble, qui vous apportera motivation et épanouissement au quotidien.

**Objectif** : Être capable de comprendre les mécanismes d'une entreprise viable dans le temps.

+ toutes les masterclasses des sessions précédentes ( environ 200 heures sur des sujets divers : *jus de légumes, acides gras, stress chronique, diabète, hypertension, stéatose hépatique, gestion des émotions, développement personnel, spiritualité, société, éducation positive, qualité de l'eau, posture du thérapeute, apprendre à se protéger, HPI, pervers narcissiques, RGO, addictions au sucre, cours, maladies, synthèses...etc* )

+ les corrections des QCM hebdomadaires

+ Les corrections des études de cas finales de tous les stagiaires en vidéo

### Evaluation finale : Etude de cas par une anamnèse en naturopathie hygiéniste.

*Compter 10 heures de travail, lissées sur les 3 dernières semaines de formation.*

Objectifs de la formation :	A l'issue de cette formation, le stagiaire sera capable de : <ul style="list-style-type: none"><li>- définir la naturopathie et son cadre réglementaire</li><li>- définir les systèmes d'auto-régulation du corps</li><li>- connaître les sources de surcharges et leurs déchets</li><li>- savoir comment aider le corps à rejeter ces déchets</li><li>- savoir trouver des solutions alimentaires adaptées à chacun</li><li>- savoir conseiller les plantes les plus communes</li><li>- savoir réaliser une anamnèse en naturopathie hygiéniste</li></ul>
Public visé :	Tout public, demandeur d'Emploi.
Niveau de connaissances préalables requis et moyens techniques :	Il est nécessaire de posséder, le niveau de connaissance(s) suivant : Savoir lire et écrire, entendre, parler et comprendre le français, et avoir accès à du matériel informatique, et d'internet.
Durée de la formation :	65 heures de visionnage vidéo sur la plateforme de formation, sur 10 semaines. 10 heures de travail personnel chaque semaine, sur 10 semaines.

	1h30 de visioconférence en direct chaque semaine sur les horaires de disponibilités des stagiaires de la session.
Lieu de la formation :	En ligne, FOAD et réunions en ligne en direct chaque semaine
Formateur :	CARREAU Cécilia, formatrice spécialisée en formation professionnelle, santé au naturel, entrepreneuriat du bien-être
Effectif de stagiaires prévu	15 stagiaires
Moyens et méthodes pédagogiques :	Accès à une plateforme en ligne Cours à télécharger en PDF pour étudier Cours expliqués en vidéos courtes par le formateur, et en masterclass avec des stagiaires Cas pratiques en ligne Liens pour des sites, des chaînes, des livres intéressants dans le cadre de la formation, méditations guidées
Nature des travaux demandés au stagiaire et Temps estimé pour la réalisation de chacun d'entre eux :	10 heures de travail personnel par semaine. QCM en fin de chaque chapitre de formation - hebdomadaire - 5 à 10 min par QCM. Cas pratique examen final : 10 heures lissées sur les 3 dernières semaines
Tarif de la formation	2600 euros net de taxes, exonéré de TVA, frais de dossier inclus
Délai d'accès	Toute demande d'inscription devra se faire au plus tard 15 jours avant le début d'une session de formation
Coordonnées de contact du formateur et site internet :	<a href="mailto:contact@ceciliacarreau.com">contact@ceciliacarreau.com</a> 06 33 67 59 02 <a href="http://www.ceciliacarreau.com">www.ceciliacarreau.com</a>
Accessibilité aux personnes handicapées	Les personnes en situation de handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à nous contacter directement, afin d'étudier ensemble les possibilités d'accueil et de suivi.
Modalités d'accès à la formation	Un rendez-vous téléphonique est obligatoire avant toute entrée en formation, afin de vérifier la compatibilité du projet de la formation avec les souhaits du client, ainsi que les prérequis.