



## Programme & Planning de formation

### Naturopathie 1<sup>ère</sup> année

#### **Module 1 : Les bases**

Les bases et fondements de la naturopathie, définition et approche globale du raisonnement d'un naturopathe. Identifier et comprendre les causes des maladies. Vocabulaire et liens pour les modules suivants. L'anamnèse. Le renforcement musculaire et l'activité cardiovasculaire.

#### **Modules 2 : Morphotypologie et hydrothérapie**

Morphotypologie, déterminer les points forts et les points faibles de chaque individu. Mettre en place les différentes dérivations en fonction du morphotype et de l'émonctoire choisi. Cas cliniques.

#### **Modules 3 : Science humaine 1**

Localisation, rôle et fonctionnement des différents systèmes du corps humain avec l'approche et les liens en naturopathie. Cas cliniques en lien avec les systèmes étudiés.

#### **Module 4 : Science humaine 2**

Localisation, rôle et fonctionnement des différents systèmes du corps humain avec l'approche et les liens en naturopathie. Cas cliniques en lien avec les systèmes étudiés.

#### **Module 5 : Nutrition 1**

Principes et fondements physiologiques de l'alimentation santé, de la digestion à l'absorption, les micronutriments, les différents groupes alimentaires, les cures détox, les monodiètes...

#### **Module 6 : Nutrition 2**

La chrono nutrition, le régime crétois, le régime FODMAPS, savoir individualiser en fonction du morphotype, des attentes et habitudes alimentaires de chaque individu.

#### **Module 7 : Fleurs de Bach 1**

La méthode du Docteur Bach, les posologies, les différentes familles émotionnelles, les 38 fleurs de Bach, cas cliniques, à l'issue de ce week-end chaque élève aura à tester son mélange personnalisé

#### **Module 8 : Fleurs de Bach 2**

Les 38 fleurs de Bach révision, les questionnaires, méthode de réalisation des mélanges, pratique de réalisation seul de son propre mélange personnalisé, cas cliniques

#### **Module 9 : Gemmothérapie 1**

La gemmothérapie, les différentes dilutions, les posologies, les contre-indications, les précautions d'emploi, les différents bourgeons et leurs propriétés, indications, cas cliniques

#### **Module 10 : Gemmothérapie 2**

Les différents bourgeons et leurs propriétés, indications, mélanges et synergies intéressantes en naturopathie, cas cliniques.

## Planning

- **19 et 20 septembre 2020** les bases
- **10 et 11 octobre 2020** Morphotypologie et hydrothérapie
- **14 et 15 novembre 2020** science humaine 1
- **12 et 13 décembre 2020** science humaine 2
- **16 et 17 janvier 2021** nutrition 1
- **13 et 14 février 2021** nutrition 2
- **13 et mars 2021** gemmothérapie 1
- **3 et 4 avril 2021** gemmothérapie 2
- **8 et 9 mai 2021** fleurs de Bach 1
- **5 et 6 juin 2021** fleurs de Bach 2
- **6 juin** examen 1 ère année

## Programme de formation

**2 ème année, planning à venir.**

### **Module 1 : Gestion du stress en naturopathie**

Le système nerveux, les différentes phases du stress, mécanisme d'adaptation, le burn-out et les réponses et outils en naturopathie. Cas cliniques

### **Modules 2 : les neurotransmetteurs**

Compréhension des différents neurotransmetteurs, les différents questionnaires, complémentation en fonction des carences identifiées, contre-indications, précautions d'emploi, cas cliniques et mise en situation à l'aide d'outils pédagogiques des différents laboratoires partenaires.

### **Modules 3 : nutrition 3**

Compréhension et stratégie naturopathique contre les dysbioses, les hyperperméabilités intestinales, les intolérances alimentaires, cas cliniques

### **Module 4 : nutrition 4**

Compréhension et stratégie naturopathique contre l'acidose métabolique, l'insulinorésistance, cas cliniques

### **Module 5 et 6 : phytothérapie 1 et 2**

Les principes et fondements de la phytothérapie. Les différentes plantes, leurs indications, contre-indications, précautions d'emploi. Cas cliniques et mise en situation à l'aide d'outils pédagogiques des différents laboratoires partenaires.

### **Module 7 et 8 : aromathérapie 1 et 2**

Les principes et fondements de l'aromathérapie. Les différentes familles biochimiques, leurs indications, contre-indications, précautions d'emploi. Les différentes voies d'administration, les différentes dilutions. Les 20 huiles essentielles pour constituer sa trousse thérapeutique. Mise en situation, cas cliniques.

### **Module 9 et 10 : Pathologies 1 et 2**

Mise en situation et application de toutes les notions étudiées au cours de ces deux années.

Prévention et accompagnement des pathologies, les plus souvent rencontrées en naturopathie. Nombreux cas cliniques, développement des 3 piliers pour chaque pathologie, la nutrition, la diététique, le mouvement et la gestion émotionnelle, les dérivations.

Les compléments alimentaires ou remèdes proposés en fonction de leur efficacité. Choix ou association entre la phytothérapie, la gemmothérapie, l'aromathérapie, la micronutrition et les fleurs de Bach.