

CURSUS 1 DE NATUROPATHIE

A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

☑ Apporter conseils aux clients des structures type magasins bio ou rayons spécialisés en Bio dans les domaines spécifiques dispensés dans cette formation (voir nos contenus de cours ci-dessous)

Contenus du cursus de formation :

- ANATOMIE PATHO PHYSIOLOGIE
- CONCEPTS FONDATEURS
- OUTILS DE GESTION DES EMOTIONS théorie mêlée à de la pratique
Informations pédagogiques : journée d'accueil accessible en visio pour les correspondants
- NUTRITION
- PHYTOTHERAPIE et GEMMOTHÉRAPIE (plus sortie)
- ALIMENTATION SAINE ET HYGIENE DE VIE
- ALIMENTATION AU FIL DE LA VIE / ETUDES DE CAS
- LE MIEL, LES PRODUITS DE LA RUCHE,
- LES PRODUITS DE LA MER ET PLASMA DE QUINTON
- L'ARGILE - théorie mêlée à de la pratique si possible
- APPROCHE COMPLEMENTS ALIMENTAIRES
- NATURO ESTHETIQUE théorie mêlée à de la pratique si possible
- INTRODUCTION A L'AROMATHERAPIE
- JEUNES CURES ET DIETES
- L'Eau cette Merveille
- Réflexologie Plantaire Chinoise (exception à Prades le Lez : méthode Ingham)

Durée: heures (jours)

Profils des stagiaires

- Tout public

Prérequis

- Maîtrise de la langue française à l'écrit et à l'oral
- Acceptation des candidatures après entretien de motivation avec la Directrice (en visio ou en présence)

Objectifs pédagogiques

Ecole de naturopathie J'Aime La Nature

15 rue des Jonquilles Montchaud

43200 Yssingeaux

Email: contact@jaimelanature.fr

Tel: 0684134961



- A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de : Apporter conseils aux clients des structures type magasins bio ou rayons spécialisés en Bio dans les domaines spécifiques dispensés dans cette formation .

Contenu de la formation

- les concepts fondateurs
 - Hippocrate, père de la médecine Historique : les pionniers de la naturopathie en France LES CONSTITUTIONS ET TEMPÉRAMENTS Les diathèses de Ménétrier Les constitutions et diathèses homéopathiques Définissons la santé Définissons la naturopathie Le rôle du naturopathe La naturopathie en pratique, un vocabulaire à surveiller Les limites de la naturopathie La naturopathie en France, en Europe et dans le monde Les 5 fondements La loi de l'hormèse L'ENCRASSEMENT DU TERRAIN Théorie des colles et des cristaux LES ÉMONCTOIRES LES 3 CURES LES 10 TECHNIQUES LES DIFFÉRENTS OUTILS COMPLÉMENTAIRES Notion d'hérédité et d'épigénétique
- NUTRITION
 - - LA NUTRITION RAPPELS sur le SYSTÈME DIGESTIF INTRODUCTION - les macro-nutriments LES PROTÉINES LES LIPIDES LES ACIDES GRAS LES HUILES LES GLUCIDES OU HYDRATES DE CARBONE Les Boissons végétales LES VITAMINES EXERCICES
 - LES SELS MINÉRAUX LES OLIGOÉLÉMENTS L'ÉQUILIBRE ACIDO- BASIQUE COMMENT CORRIGER UN TERRAIN ACIDE La chrono-nutrition ANNEXES : Zoom sur certains aliments ANNEXES : Recettes EXERCICES PARTIE 2 L'essentiel à retenir et à retravailler
- Hygiénisme
 - HYGIÈNE DE VIE 5 PRÉCISIONS IMPORTANTES SUR L'INTESTIN Le Système Nerveux Entérique LE MICROBIOTE Une bonne élimination L'ALIMENTATION SAINTE Le comportement alimentaire Les différents labels Les organismes certificateurs en bio La qualité des aliments L'importance de l'eau Les différents régimes alimentaires Le régime paléo Le régime cétogène Le régime crudivore L'alimentation crétoise Cas pratiques partie 1
 - Le gluten et les produits laitiers Zoom sur quelques aliments Préparation et cuisson des aliments Le Jeûne Hygiène physique et musculaire HYGIÈNE NERVEUSE & PSYCHO-ÉMOTIONNELLE LES POISONS DU QUOTIDIEN Les métaux lourds Les pesticides Les additifs alimentaires Les perturbateurs endocriniens Cas pratiques partie 2 L'essentiel à retenir et à retravailler
- Alimentation au fil de la vie
 - Construire sa fiche mémo type La conception La femme enceinte L'anémie L'allaitement maternel L'alimentation du bébé à partir du sixième mois L'enfant à partir de 3 ans L'adolescent L'âge adulte Le troisième âge Alimentation en fonction des tempéraments Etudes de cas : les tempéraments Alimentation en fonction des activités
 - L'alimentation adaptée aux maladies infectieuses Conseils généraux pour les maladies infectieuses L'alimentation des maladies dites de civilisation Fiche mémo obésité Fiche mémo diabète
 - L'alimentation des maladies dégénératives Les maladies dégénératives du système nerveux, LES MALADIES PAR SYSTÈMES Les maladies osseuses et articulaires Cas pratiques circulation
 - Les maladies des reins et de la vessie 71 Aménorrhée Les bouffées de chaleur La frigidité chez la femme La Preménopause, la ménopause Cas pratiques problèmes urinaires Les problèmes digestifs : foie, vésicule biliaire, estomac et intestins Les migraines Fiche mémo digestion Les problèmes de thyroïdes Fiche mémo fatigue Frigidité et impuissance Les problèmes liés à la vue La cataracte La DMLA : dégénérescence maculaire liée à l'âge Les problèmes du système nerveux Fiche mémo sommeil Cas pratique sommeil Fiche mémo stress, anxiétés, émotions L'ESSENTIEL A RETENIR
- Anatomie
 - PARTIE 1 Généralités Les Cellules : structure et fonction Les Tissus Le Système Digestif
 - PARTIE 2 Le système digestif (suite) - Le Syndrome de l'intestin irritable - La Qualité des Selles Le Sang
 - PARTIE 3 La Lymphe et le Système Lymphatique L'Inflammation et L'Immunité La Peau Les Sens
 - PARTIE 4 L'Appareil Musculo-Squelettique ANNEXES Lexique L'essentiel à retenir
- Argile
 - INTRODUCTION Préambule L'argilothérapie Définition Une utilisation vieille comme le monde Autres utilisations de l'argile Sa composition et ses origines Le cycle de l'argile Les différentes argiles UTILISATION DE L'ARGILE Ses Propriétés Comment employer l'argile ? Les contre-indications de l'argile Son usage externe Son efficacité en externe Son usage interne L'UTILISATION DE L'ARGILE EN NATUROPATHIE Les champs d'applications de l'argile ANNEXES Argile et Quinton Le petit mémo de l'argile L'essentiel à retenir et à retravailler Exercices de révisions
- Diètes
 - Définition 5 Qu'est-ce que la diète ? Qu'est ce que la cure ? Qu'est ce que la Monodiète ? Qu'est-ce que le jeûne ? L'intérêt de régénérer par les monodiètes Les bienfaits des monodiètes Les caractéristiques de la monodiète Descente et reprise alimentaire Accompagnements spécifiques Mots Croisés Exemples de monodiètes Recommandations et Précautions à prendre Les jus et les bouillons Bibliographie L'essentiel à retenir Exercices de révisions
- Gemmothérapie

Ecole de naturopathie J'Aime La Nature

15 rue des Jonquilles Montchaud

43200 Yssingeaux

Email: contact@jaimelanature.fr

Tel: 0684134961



- Introduction à la gemmothérapie Principes de la gemmothérapie Les formes galéniques Les effets indésirables et contre-indications Les principaux macérats glycinés utilisés en gemmothérapie Airelle Aubépine Bouleau pubescent Cassissier Cèdre du Liban Châtaignier Cornouiller sanguin Eglantier Figuier Framboisier Genévrier Noyer Pommier Tilleuls Vigne rouge CLASSEMENT PAR SYSTÈMES DU CORPS HUMAIN Cas pratique phytothérapie et gemmothérapie Exercices phytothérapie et gemmothérapie L'essentiel à retenir Questions d'aides à la révisions Bibliographie
- Phytothérapie
 - 1. Introduction à la botanique 2. Introduction à la phytothérapie 3. La galénique : - Les extraits aqueux ou tisane - Teinture - Alcoolature - Les glycérés - Les sirops - Les extraits - Les poudres - Les macérats huileux solarisés ou non - Les vinaigres médicinaux - Les baumes - Les huiles essentielles et hydrolats - Les huiles végétales PHARMACOGNOSIE Familles chimiques des plantes médicinales LES PLANTES PRINCIPALES Les plantes dans l'assiette Les épices Les plantes aromatiques La mycothérapie Classement par systèmes du corps humain Tableau des 35 principales plantes médicinales classés par système du corps humain (à compléter) ANNEXES Lexique des propriétés médicinales des plantes Lexique Botanique PLANTES ET INTERACTIONS MEDICAMENTEUSES DU AUX CYTOCHROMES P450 Bibliographie Essentiel à retenir Questions d'aides à la révisions
- Les produits de la mer
 - LES BIENFAITS DE LA MER Les produits de la mer morte René QUINTON et le plasma de Quinton Conditions générales de consommation des produits Quinton Le Quinton et les systèmes LES SELS LES ALGUES LA SPIRULINE L'essentiel à retenir et à retravailler Bibliographie
- Les produits de la ruche
 - L'ABEILLE LE MIEL La Position du miel parmi les sucres LA PROPOLIS LE POLLEN LA GELÉE ROYALE LA CIRE LE MIEL EN RAYON L'APIPUNCTURE L'APITHERAPIE PAR INHALATION ANNEXE : recettes au miel et au pollen Etudes de cas Bibliographie L'essentiel à retenir et à retravailler
- Introduction à l'Aromathérapie
- Naturo Cosméto
- Réflexologie Plantaire Chinoise
 - INTRODUCTION Définitions La relaxation RAPPELS Notions générales de médecine traditionnelle chinoise La théorie du Yin et du Yang La théorie des 5 mouvements La chronobiologie chinoise LE SYSTÈME MÉRIDIENS LA CIRCULATION ÉNERGÉTIQUE LE PIED EN MTC ANATOMIE DU PIED LES DIFFÉRENTES ZONES RÉFLEXOGÈNES DES PIEDS LES ZONES RÉFLEXES PAR SYSTÈMES PIED VUE PLANTAIRE PIED VUE MÉDIALE PIED VUE LATÉRALE PIED VUE DORSALE OBSERVATION DES PIEDS LA SÉANCE DE RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE CHINOISE TECHNIQUES ET MANŒUVRES CHINOISES PROTOCOLE DE RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE CHINOISE PIED GAUCHE en 1er PIED FACE MÉDIALE PIED FACE LATÉRALE PIED FACE DORSALE PIED DROIT FIN DU PROTOCOLE LES PRINCIPAUX POINTS DE MÉRIDIENS LEXIQUE L'essentiel à retenir et à retravailler
- L'Eau
 - Les pionniers de l'Eau René QUINTON Marcel VIOLET Viktor SCHAUBERGER Louis-Claude VINCENT L'eau et la bioélectronique, diagramme Diagramme bonne santé Diagramme détérioration santé Dr. Jeanne ROUSSEAU Jacques Benveniste Masaru Emoto Dr. Luc Montagnier Gerald Pollack L'eau selon la Naturopathie Bibliographie

Organisation de la formation

Equipe pédagogique

Des intervenants sous traitants recrutés sur la base de leurs connaissances, compétences et capacités à transmettre

Moyens pédagogiques et techniques

- Documents supports de formation sous forme de livrets imprimés.
- Documents supports de formation projetés, accessible dans notre espace élèves (vidéothèque).
- Etude de cas concrets dans certaines matières, exercices et essentiels à retenir
- Quiz en ligne dans notre espace élèves
- Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation.
- Accueil dans une de nos salles de formation, selon l'antenne attribuée

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence.
- Questions orales ou écrites (QCM).
- Evaluation via Evalbox un logiciel qui permet de s'assurer du passage des examens en conditions d'examen, anti fraude / correction assurée à 80 % par les intervenants, seule la partie QCM des évaluations est automatique.
- Formulaire d'évaluation de la formation à froid et à chaud.

Ecole de naturopathie J'Aime La Nature

15 rue des Jonquilles Montchaud

43200 Yssingeaux

Email: contact@jaimelanature.fr

Tel: 0684134961



- Certificat de réalisation de l'action de formation.