

cursus 2 semaine Naturopathie avec Spé phyto 2023

Objet du cours :

*Au terme de ce cursus 2,
les élèves sont en mesure d'exercer en tant que
Praticien Naturopathe Hygiéniste
(sous réserve d'avoir validé leurs cursus 1 et 2)*

matières dispensées:

ANATOMIE PATHO PHYSIOLOGIE

HOMEOSTASIE

IRIDOLOGIE

AROMATHERAPIE MOLECULAIRE, HYDROLATS

FLEURS DE BACH

MICRO NUTRITION

JEUNES CURES ET DIETES GESTION DU STRESS

NATURO ET SPORT *

BOITE A OUTILS DU NATURO HEUREUX posture du praticien et aides à l'installation

PATIE 2/2 SPE PHYTO GEMMO

**formation incluse en cursus 3 de formation si l'élève choisit le cursus naturo BEC*

Durée: 320.00 heures (50.00 jours)

Profils des stagiaires

Prérequis

Objectifs pédagogiques

Contenu de la formation

- ANATOMIE 24H
 - SEQUENCE 1 - 6H De L'appareil urinaire à II. Appareil génital féminin page 17
 - SEQUENCE 2 - 6H des systèmes de reproduction à IV. La Circulation du Sang V. Pathologies page 29
 - SEQUENCE 3 - 6H Du système respiratoire à III. Pathologies page 48
 - SEQUENCE 4 - 6H Des Les Hormones page 52 à La Poliomyélite 63
- Aroma mol et hydrolats 32H
 - SEQUENCE 1 - 6H I. LES HUILES ESSENTIELLES 7 A 4. Sesquiterpénols ou alcools sesquiterpéniques 18
 - SEQUENCE 2 - 6H 5. Phénols 19 A 14. Diones 32
 - SEQUENCE 3 - 6H 15. Acides 33 A 3. CYPRES TOUJOURS VERT OU CYPRES DE PROVENCE 48

Ecole de naturopathie J'Aime La Nature

15 rue des Jonquilles Montchaud

43200 Yssingeaux

Email: contact@jaimelanature.fr

Tel: 0684134961



- SEQUENCE 4 - 7H 4. EPINETTE NOIRE 49 A B. Voies d'application / Posologie 63
- SEQUENCE 5 - 7H C. Conservation 65 A III. EXERCICES PRATIQUES 79
- boîte à outils cursus 2 14H
 - SEQUENCE 1 6H Présentation du cursus et outils numériques Vu avec vous en classe Outils pour gérer le Stress en rendez-vous page 9
 - SEQUENCE 2 6H LA REGLEMENTATION ET LE BILAN DE VITALITE Conseils pour mener à bien votre rendez-vous en naturopathie 17 Vos obligations légales en tant que professionnel de la naturopathie 19 Entretien bilan de vitalité Les essentiels à étudier 27 Exemple de fiche conseils 28 La facture 29 BILAN DE VITALITÉ 30 COMPLEMENTS D'INFORMATIONS : DÉMARRER EN TANT QUE NATUROPATHE 34 Annexe 38
 - SEQUENCE 3 2H RAPPELS SUR LE BILAN NOTE Et maintenant... Le bilan en pratique et ses éléments clés de posture 13 Le Bilan de vitalité 14 Organisation des bilans notés 15 Grille d'évaluation bilans 16
- FLEURS DE BACH 16H
 - SEQUENCE 1 - 6H Les fleurs de Bach PAGE4 jusqu'à Solitude page 19
 - SEQUENCE 2 - 6H IV. Les 38 fleurs de Bach par groupe5. Hypersensibilité aux influences et aux idées page 21 jusqu'à VI. Les animaux et les fleurs de Bach page 38
 - SEQUENCE 3 - 4H VII. Les autres élixirs contemporains page 43 jusqu'à 5. Les différents élixirs et autres préparations anciennes page 50
- Homéostasie et études de cas de bilans de vitalité, des cas sont donnés aux élèves à travailler selon la répartition des cours, voir tableau dans espace elearning digiforma de la classe
 - SEQUENCE 1 - 6H Présentation du bilan de vitalité : réflexion avec les élèves sur les questions à poser par énonctoire + revue de la trame du bilan de vitalité Introduction jusqu'à Comment l'organisme maintient ses constantes ?
 - SEQUENCE 2 - 6H Le système digestif Le microbiote et l'homéostasie + 1 bilan de vitalité élève/élève : 1 EDC gastrite Au choix 1 à 2 cas de « gastrite » ne sera pas étudié en cours, toutes les corrections mises à disposition sur digiforma.
 - SEQUENCE 3 - 6H - EDC 4 : la maladie de coeliaque - EDC 5 : la maladie de coeliaque - EDC 6 : la maladie de coeliaque Au choix 1 à 2 cas de « coeliaque » ne sera pas étudié en cours, toutes les corrections mises à disposition sur digiforma. Revue de la correction du bilan de vitalité précédent L'herpès labial 34 La lombalgie 39 + 1 bilan de vitalité élève/élève Etude de cas étudié dans cette séquence : - EDC 7 : herpès labial - EDC 8 : lombalgie
 - SEQUENCE 4 - 6H L'asthme 50 - EDC 9 : asthme - EDC 10 : asthme Au choix 1 cas de « asthme » ne sera pas étudié en cours, toutes les corrections mises à disposition sur digiforma. Le système cardio-respiratoire + 1 bilan de vitalité élève/cobaye
 - SEQUENCE 5 - 6H Le système cardio-respiratoire Le système urinaire + 1 bilan de vitalité élève/client cobaye Etude de cas étudié dans cette séquence : - EDC 11 : cystite - EDC 12 : infection urinaire 1 seul cas sera corrigé en classe car client « cobaye », tous les corrigé mis à disposition sur digiforma.
 - SEQUENCE 6 - 6H L'infertilité + 1 bilan de vitalité élève/client cobaye Etude de cas étudié dans cette séquence : - EDC 13 : fertilité - EDC 14 : fertilité - EDC 15 : SOPK 1 seul EDC cas sera corrigé en classe car client « cobaye », sauf si temps. Tous les corrigé mis à disposition sur digiforma.
 - SEQUENCE 7 - 4H La fibromyalgie + 1 bilan de vitalité élève/client cobaye - EDC 16 : fibromyalgie 1 seule EDC cas sera corrigé en classe car client « cobaye », corrigé mis à disposition sur digiforma.
- IRIDOLOGIE 48H
 - SEQUENCE 1 - 6 H Les principes de l'iridologie JUSQU'A Les cartographies iriennes
 - SEQUENCE 2 - 6 H Lecture et analyse des iris 1/ La constitution JUSQU'A 6/ La somatotopie circulaire
 - SEQUENCE 3 - 6 H 7/ Les 12 secteurs : topographie organique Erreur ! Signet non défini. Travail personnel à faire avant le cours 4/6 : étude de leur iris (chaque élève étudie son iris).
 - SEQUENCE 4 - 6 H Cours pratique en présence obligatoire Remise du matériel : 1 loupe et 1 lampe par élève, apprentissage de manipulation MATERIEL OBLIGATOIRE ET FACTURE AUX ELEVES 8/ La pupille Erreur ! Signet non défini. Repérer dans les iris : la constitution, la trame, la somatotopie, la collerette, la coloration, les surcharge et les déficits.
 - SEQUENCE 5 - 6 H 9/ La sclérotique Erreur ! Signet non défini. - Retour sur le travail personnel donné au cours 2/6. - Consolidation des acquis, retour sur le questionnaire du bilan d'iridologie.
 - SEQUENCE 6 - 6 H Trouver tous les signes iridologiques en lien avec chaque thématique... > Peau, cholestérol, ostéo-articulaire, endocrinien, digestion,
 - SEQUENCE 7 - 6 H Suite : trouver tous les signes iridologiques en lien avec chaque thématique : > circulation, stress/anxiété Cas pratiques 1,2,3 en naturopathie avec bilan iridologique
 - SEQUENCE 8 - 6 H Suite Cas pratiques 4,5,6,7,8 en naturopathie avec bilan iridologique
- MICRONUTRITION 32H
 - PARTIE 1 6H 1. INTRODUCTION ET RAPPELS GÉNÉRAUX 6 1.1. L'engouement pour la micronutrition : idées reçues 6 1.2. Définitions et principes généraux 6 1.3. L'alimentation moderne 7 1.4. Les minéraux et oligo-éléments 8 1.5. Les vitamines 9 1.6. Acides gras 10 1.7. Acides aminés 12
 - PARTIE 2 6H 1.8. Prébiotiques et probiotiques 14 1.9. Antioxydants 19 2. COMPOSITION MICRO NUTRITIONNELLES DES ALIMENTS 24 2.1. Les œufs 25 2.2. Les poissons et fruits de mer 27 2.3. Les viandes et charcuteries 27 2.4. Les produits laitiers 28

Ecole de naturopathie J'Aime La Nature

15 rue des Jonquilles Montchaud

43200 Yssingeaux

Email: contact@jaimelanature.fr

Tel: 0684134961



- PARTIE 3 6H 2.5. Les céréales 29 2.6. Les légumineuses 31 2.7. Les légumes 32 2.8. Les fruits 33 2.9. Les oléagineux et huiles végétales 34 2.10. Les graines germées 36 3. LE CONSEIL & LES COMPLEMENTS ALIMENTAIRES EN MICRONUTRITION 39 3.1. Le conseil alimentaire en premier lieu 39
- PARTIE 4 7H 3.2. Absorption et élimination des nutriments et micronutriments 40 3.3. Les valeurs nutritionnelles de références 49 3.4. Micronutriments à risque de carences, excès, déséquilibres - Sources alimentaires et/ou supplémentation 51 3.4.1. Minéraux et oligo-éléments 52 3.4.2. Vitamines 56 3.4.3. Acides gras 59 3.4.4. Acides aminés essentiels 60 3.4.5. Pré et probiotiques 67
- PARTIE 5 7H PARTIE 4 4. LA MISE EN PRATIQUE 69 4.1. La mise en situation d'un bilan naturopathique 69 4.2. La ligne d'amélioration continue 69 4.3. Cas de conseils en micronutrition 70 4.4. Etudes de cas 72
- SPORT ET NATURO 16H
 - SEQUENCE 1 - 6H Chapitre 1 : Sport, bienfaits.....6 I. Sport ou activité physique ?.....6 II. Les bienfaits du sport.....6 1. Côté coeur à l'effort.....7 2. L'ostéo-articulaire.....7 3. Le poids.....7 4. Les émotions et le mental.....7 5. Le stress.....7 6. Particularités liées à une pathologie à risque.....7 III. Zoom sur différents sports.....8 1. Pourquoi court-il ?.....8 2. Quelques exemples de sport.....9 IV. Les risques possibles de la pratique d'un sport.....11 1. Les blessures.....11 2. L'addiction.....11 3. Les dangers de l'automédication.....11 4. Le dopage.....12 Chapitre 2 : Les troubles sévères et les blessures.....14 I. Les pathologies pendant et après sport.....14 II. Les blessures.....16
 - SEQUENCE 2 6H Chapitre 3 : L'alimentation : le carburant IV. La composition des repas.....31 1. Au petit déjeuner.....31 2. Pour le Midi.....32 3. Pour le soir.....32 V. L'hydratation.....33 1. L'eau.....33 2. Les boissons énergisantes.....33 3. Les boissons d'effort énergétiques.....34 4. La boisson isotonique.....34 VI. Repas d'avant, pendant et après course.....35 1. J- 7 jours avant une course.....35 2. Pour le repas d'avant course trail et ultra trail.....35 3. La récupération.....37 Chapitre 4 : Les maillons faibles.....39 I. La protection cellulaire.....39 II. Protéger les membranes de nos cellules.....41 III. La perméabilité intestinale.....42 IV. Les neurotransmetteurs.....46 1. La dopamine.....46 2. La noradrénaline.....47 3. La sérotonine.....47
 - SEQUENCE 3 4h Chapitre 5 : La nutrithérapie.....50 I. Des conseils contre l'hyper perméabilité intestinale.....50 II. Pour une meilleure vitalité et récupération.....51 1. Le desmodium.....51 2. Le magnésium.....51 3. La coenzyme Q 10.....51 4. Le silicium organique G5.....52 5. Les citrates.....52 6. La

Ecole de naturopathie J'Aime La Nature

15 rue des Jonquilles Montchaud

43200 Yssingeaux

Email: contact@jaimelanature.fr

Tel: 0684134961



chlorophylle.....	52	7. La
spiruline.....	52	8. Le
klamath.....	53	9.
EPA/DHA.....	53	10. Les plantes
adaptogènes.....	53	11. La vitamine
D3.....	53	12. Le
curcuma.....	53	Chapitre 6 : Les accompagnements
spécifiques.....	54	1. La
bouillotte.....	54	2. L'argile
verte.....	54	3. Les
massages.....	54	4. La préparation des
pieds.....	54	5. Sels
alcalins.....	54	6. Le bol d'air
Jacquier.....	55	7. La cohérence
cardiaque.....	55	8. L'imagerie
mentale.....	55	9. Le dialogue
intérieur.....	56	

• HYDRO STRESS ET JEUNES 16H

- SEQUENCE 1 6H PARTIE 1 4 LE STRESS 5 I. Qu'est-ce que le stress ? 5 II. Les signes qui doivent alerter 8 III. Pourquoi sommes-nous stressés ? 9 IV. Les aspects biologiques et psychologique du stress 9 V. Les neurotransmetteurs 10 VI. Les conséquences du stress 11 VII. Comment faire face au stress ?
- SEQUENCE 2 6H PARTIE 2 20 L'HYDROTHERAPIE 21 I. Les douches 23 II. Les bains 24 III. La balnéothérapie 30 IV. Le thermalisme 30 V. La thalassothérapie 31 ANNEXE 33 PARTIE 3 36 LE JEÛNE 37 I. Qu'est-ce que le jeûne ? 37 II. Bref historique 37 III. Pourquoi jeûner ? 38 IV. Les différentes formes de jeûne 39 V. La physiologie du jeûne 41 VI. Les différents signes qui peuvent apparaître pendant un jeûne : 42 VII. Les contre-indications et les limites du jeûne 43
- SEQUENCE 3 4H VIII. Les conditions du jeûne 46 IX. Bien se préparer : la descente alimentaire 46 X. La fin du jeûne et la remontée alimentaire 47 XI. Accompagnement spécifique et physique durant un jeûne et une monodiète 48 XII. Bref rappel de la monodiète 49 XIII. Les jus de légumes 49

• MASSAGE ASSIS 48H DE COURS PRATIQUE

• SPE PHYTO PARTIE 2 EN 5 PARTIES DE 8H

- SYSTEME GENITAL ET URINAIRE AVEC FANNY 8H
- SYSTEME ENDOCRINIEN JC 8H
- FIN SYSTEME REPRODUCTEUR ET URINAIRE ET DEBUT CARDIO VASCULAIRE FANNY 8H
- PEAU ET CHEVEUX JC 8H
- FIN SYSTEME CARDIO CLEMENCE 4H LES YEUX 4H GWENDOLYNE

Organisation de la formation

Equipe pédagogique

Des intervenants sous traitants

Moyens pédagogiques et techniques

- Exposés théoriques
- Etude de cas concrets
- Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation.

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

- Questions orales ou écrites (QCM).
- Mises en situation.
- Formulaires d'évaluation de la formation.
- Certificat de réalisation de l'action de formation.