

## **TEMOIGNAGE**

Je me présente, je suis Sara, je suis en formation de Naturopathie spécialité BEC depuis le 7 septembre 2020.

### **MON PARCOURS PROFESSIONNEL**

En 2012, j'obtiens un BPJEPS LTP qui me permet de travailler comme animatrice et comme directrice dans les accueils de loisirs. En 2016, je complète ma formation initiale par une certification ACTIF "La santé par l'activité physique". A cette époque, j'envisage de travailler à mon compte. Je crée, avec une amie, une association « Sport Team Santé » pour proposer des programmes d'activités physiques adaptés à tout public. Malheureusement, je n'ai pas pu travailler dans cette association car j'ai été embauché comme directrice d'accueil de loisirs. Durant toute ma carrière professionnelle, j'ai effectué diverses formations professionnelles et personnelles en lien avec le bien-être et la jeunesse (EFT, REIKI, Initiation à la pratique de la Sophrologie, Repérage des situations d'enfants en danger ou en risque de danger, formation d'assistante maternelle...)

### **MON BURN OUT ET SA PRISE EN CHARGE AVEC FLEURS DE BACH**

En décembre 2018, je fais un burn out. Avec l'accord de mon médecin traitant, je décide de suivre une psychothérapie avec une prise en charge en phytothérapie. Je rencontre une conseillère en fleurs de Bach. Je remarque rapidement les effets positifs au quotidien sur ma santé.

### **LE CONFINEMENT**

A la veille du premier confinement, en mars 2020, mon employeur me confirme que je ne pourrai plus travailler à l'accueil de loisirs que je dirigeai depuis 4 ans. Pendant cette période, je mets à profit mes compétences pour réaliser toutes mes démarches pour une reconversion professionnelle. Je contacte les écoles de naturopathie, je réalise des devis de formation, une étude de marché, un business plan...

### **LA FIN DE MON CONTRAT**

En juin 2020, mon contrat se termine. Je m'inscris auprès de POLE EMPLOI et j'entame mes démarches pour réaliser auprès de diverses structures des demandes de mise en situation professionnelle afin de valider ma demande de financement de formation de naturopathie.

### **MISE EN SITUATION PROFESSIONNELLE.**

En juillet 2020, je réalise un premier stage dans un magasin bio, chez la personne qui m'a conseillé les fleurs de Bach. Je découvre la gestion des produits dans le magasin avec la commande, la réception et la mise en rayon, le conseil et la vente auprès du public.

Le deuxième stage se déroule chez un paysan distillateur de plantes aromatiques et médicinales, rencontré un an auparavant sur un marché local. J'ai également visité sa ferme et découvert la distillation de plantes en direct. Je découvre la culture de plantes avec le désherbage, la mise en pot de bouture de plantes cultivées, la cueillette et l'identification de plantes sauvages. Je réalise ma première distillation d'Achillée Millefeuille. Je rencontre le responsable de ma future structure d'accueil, un apiculteur, qui a des ruches installées sur la ferme du paysan.

Je prends conscience de l'importance de connaître les procédés de fabrication des produits que je vais conseiller à ma future clientèle et les possibles partenaires avec lesquelles je souhaite travailler dans mon activité.

### **VALIDATION DE PRISE EN CHARGE FORMATION**

Avec ces 2 mises en situation, je présente toutes mes démarches, mes devis, mon étude de marché et mon business plan auprès de ma conseillère POLE EMPLOI. Et 2 jours après, je reçois une notification de validation de prise en charge totale de ma formation. La formation peut débuter !

### **DEBUT DE FORMATION**

Au début de la formation, je savais qu'il était important pour moi de réaliser des stages. Je contacte diverses structures. Je programme et planifie plusieurs stages de 35h sur plusieurs secteurs d'activités sur l'année 2021 :

- une journée de formation par semaine + une journée de stage et le reste de la semaine dédié aux révisions.

### **RENCONTRE AVEC MES FUTURES STRUCTURES D'ACCUEIL**

Premier stage : Chez mon cousin qui est kiné, ostéopathe et formé à la Médecine Traditionnelle Chinoise. Je participe à 2 journées sur la découverte et la pratique du bilan énergétique chinois.

Je rencontre une vingtaine de client avec diverses problématiques. Les objectifs sont de faire un interrogatoire, de proposer un bilan et un protocole. Ce stage me conforte dans le choix de ma spécialité (BEC).

## **PHARMACIE**

Deuxième stage : Dans une pharmacie avec qui j'avais un partenariat lorsque j'étais directrice d'accueil de loisirs. En binôme avec une préparatrice en pharmacie, je participe à la préparation d'ateliers thématiques sur l'hygiène de vie que l'équipe a mis en place pour leur public : stop tabac, atelier allergies, rendez-vous nutrition, échanges et mini-formation avec un laboratoire en compléments alimentaires. Je découvre les différents produits de phytothérapie, gemmothérapie et aromathérapie vendus dans une pharmacie.

## **VOL'AROM**

Troisième stage : Sur un marché local, je rencontre une cueilleuse de plantes. Elle réalise des infusions, des mélanges aromatiques et des macérâts de bourgeons de plantes. Avec elle, je cueille, je déshebe, j'identifie les plantes, je réalise des synergies d'infusion qu'elle vend dans son magasin de producteurs. Je réalise des macérâts de bourgeons que j'ai cueillis, des teintures. Je réalise mon propre macérât de bourgeons d'aulne. En échangeant, elle m'indique qu'il n'y a personne dans leur magasin pour conseiller ses produits et ceux du paysan distillateur. Je me suis proposée pour faire un stage et ainsi m'exercer à conseiller leurs produits.

## **APICULTEUR**

Quatrième stage : Je le réalise chez l'apiculteur, rencontré quelques mois plutôt. Avec lui, je prépare des cadres pour les ruches, j'étiquète les pots de miels, je découvre le nourrissage des abeilles, je participe à l'installation de ruchers, au calfeutrage d'un céricateur (un récupérateur de cire), à la récupération d'essaims pour une installation dans une ruche tronc chez un cueilleur de plantes. Je découvre que cette personne est botaniste et qu'elle connaît une personne qui réalise ses propres fleurs de Bach. Elle me donne ses coordonnées.

## **STAGE DE MASSAGE SPORTIF ET RENCONTRE AVEC BEATRICE**

Cinquième stage : En partenariat avec l'école, je rencontre Béatrice Tschirret. Elle propose aux élèves qui le souhaitent de découvrir et pratiquer le massage sportif sur une course cycliste, la haute route. Je découvre une région avec tous ces beaux paysages, une équipe, une organisation, avec des déplacements journaliers, préparation des salles avec montage et démontage du matériel, réception et massage des coureurs, technique de pliage de serviettes... bref une superbe aventure humaine. Je découvre une nouvelle facette de moi-même, la pratique du massage me plaît et que je vais la proposer dans mes prestations.

## **LA FINALITE : MAGASIN DE PRODUCTEURS**

*(RELATION AVEC NOUVEAU ET ANCIEN METIER)*

Sixième stage : La finalité c'est le stage dans le magasin de producteurs. Je propose une programmation de divers ateliers sur les mois de septembre à octobre en rapport avec la naturopathie.

## **MON INSTALLATION**

En parallèle, je reprends contact avec ma conseillère POLE EMPLOI pour faire un point sur ma formation, mes attentes et mes besoins en formation complémentaire. Je fais mes démarches pour obtenir le financement du Cursus 3.

Je lui fais part de toutes mes expériences vécues afin de redéfinir mon projet professionnel initial. Je me suis inscrite sur un module de création d'activité professionnelle : ACTIV CREA avec l'organisme BGE pour suivre un accompagnement et valider la faisabilité et l'opportunité d'ouvrir un local de naturopathe spécialité BEC.

## **EN CONCLUSION**

Cette formation et ces stages m'ont permis de saisir les opportunités qui se sont offertes à moi. Je me suis écoutée et respectée, je me suis découverte de nouvelles connaissances et compétences auxquelles je n'aurai pas pensé et osé faire. Pour moi, c'est le début de mon aventure...