

# NEOFORMATION

## Programme formation Naturopathe 45j *E-Learning Tutoré*

1	Hygiène vitale, les bases de la naturopathie 2j	2	2
2	Anatomie et physiologie 3j	3	5
3/1	La digestion 1j	1	6
3/2	Les besoins nutritionnels 1j	1	7
3/3	La ration équilibrée 1/2j	0,5	7,5
3/4	Équilibre acido basique 1j	1	8,5
3/5	Intolérances alimentaires 1j	1	9,5
3/6	Le Microbiote 1j	1	10,5
3/7	La candidose 1j	1	11,5
3/8	Le jeûne 0,5j	0,5	12
3/9	Nutrithérapie 2j	2	14
3/10	Alimentation du sportif 1,5j	1,5	15,5
3/11	L'index glycémique 1/2j	0,5	16
3/12	Diététique du diabète 1j	1	17
3/13	Nutrition des personnes âgées 1j	1	18
3/14	L'obésité 2j	2	20
4	Phytothérapie 2j	2	22
5/1	Aromathérapie 2j	2	24
5/2	Olfactothérapie 2j	2	26
5/3	Fleurs de Bach 1j	1	27
5/4	Lithothérapie 2j	2	29
5/5	Homéopathie 2j	2	31
5/6	Iridologie 3j	3	34
5/7	Apithérapie 2,5j	2,5	36,5
5/8	Gemmothérapie 1j	1	37,5
5/9	Argilothérapie 1j	1	38,5
6/1	Création d'entreprise 2j	2	40,5
6/2	Gestion des conflits 2j	2	42,5

**NEOFORMATION** siège social 54500 Vandoeuvre Les Nancy

Adresse : centre de formation Lingdao : 107, rue Emmanuel Chabrier 83220 Le Pradet

Association 835 217 639 APE 8559A Formation continue d'adultes tel : 06 67 27 56 81

[www.neoformation.fr](http://www.neoformation.fr) [neo\\_formation@yahoo.com](mailto:neo_formation@yahoo.com) tel : 06 67 27 56 81

Organisme de formation, déclaration d'activité enregistrée sous le n° 44 54 03654 54 auprès du préfet de région Grand Est, cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état.

# 1 /Hygiène vitale - Les bases fondamentales de la naturopathie (2j)

## OBJECTIFS DE LA FORMATION :

Connaître les fondements de la naturopathie.

Comprendre l'origine et le sens de la maladie.

Être capable de donner des conseils hygiéniques adaptés afin d'aider à garder ou rétablir la santé.

## PRESENTATION :

Lors de ce module vous étudierez les bases fondamentales de la naturopathie. Cet enseignement vous permettra d'acquérir des bases solides sur les règles d'hygiène de vie et les différents outils à disposition du naturopathe. A l'issue de ce stage vous serez capable de donner des conseils d'hygiène de vie adaptés et personnalisés.

La connaissance des grands principes de la naturopathie est la base indispensable du cursus de formation en naturopathie.

## CONTENU DE LA FORMATION :

### Partie I : la naturopathie

- Définition, contexte de la naturopathie et ses origines
- Les applications de la Naturopathie
- Les limites de la naturopathie
- La place de la naturopathie dans le système de santé
- Le métier de naturopathe

### LES PRINCIPES FONDATEURS ET L'HYGIENE VITALE

- Conception de la Naturopathie : loi biologique, force vitale, processus d'auto-guérison
- Les principes fondateurs : vitalisme, humorisme, hygiénisme, holisme, causalisme

### Partie ii : le terrain

- Introduction et définition
- Les constitutions
- Les tempéraments
- Les Diathèses
- Les 7 grands terrains en naturopathie

### Partie iii : les toxémies et les émonctoires

- Les colles ou déchets colloïdaux
- Les cristaux ou déchets cristalloïdaux
- Cas particulier du gluten
- Les radicaux libres
- Le foie et les intestins
- Les reins
- Les poumons
- La peau
- Notion de transfert morbide et de dérivation

### Partie iv : les cures, les 10 techniques

- Les cures
- La cure de détoxification
- La cure de reminéralisation
- La cure de stabilisation
- La cure anti-radicalaire
- Les 10 techniques

---

**NEOFORMATION** siège social 54500 Vandoeuvre Les Nancy

Adresse : centre de formation Lingdao : 107, rue Emmanuel Chabrier 83220 Le Pradet

Association 835 217 639 APE 8559A Formation continue d'adultes tel : 06 67 27 56 81

[www.neoformation.fr](http://www.neoformation.fr) [neo.formation@yahoo.com](mailto:neo.formation@yahoo.com) tel : 06 67 27 56 81

Organisme de formation, déclaration d'activité enregistrée sous le n° 44 54 03654 54 auprès du préfet de région Grand Est, cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état.

## 2/ anatomie - physiologie (les grands systèmes) (3 jours)

### OBJECTIF DE LA FORMATION :

Connaître les différents systèmes du corps humain et leur fonctionnement.

Comprendre la physiologie des pathologies les plus courantes.

### PRESENTATION :

Lors de ce stage vous étudierez les différentes parties du corps humain et leurs grands principes de fonctionnement. Cet enseignement vous permettra d'acquérir des bases solides sur les fonctionnements vitaux de l'organisme avec une approche holistique de l'être humain. A l'issue de ce stage vous serez capable de faire des liens entre certaines affections courantes et des défauts d'hygiène vitale (alimentation, sédentarité, stress...)

La connaissance de l'anatomie et de la physiologie est une base commune et indispensable à toutes les professions de santé : naturopathe, praticien en massages bien-être, énergéticien ...

### CONTENU DE LA FORMATION :

#### I- Cytologie: la cellule et les micro-organismes vivants

- structure et fonctions de la cellule
- les différents types de tissus : fonction et structure

#### II- les tissus et l'appareil locomoteur

- fonction des os et du système squelettique
- type d'os et structure
- étude des différentes parties du squelette
- les articulations
- les muscles
- bienfaits de l'exercice sur le tissu osseux
- santé des os et nutrition
- affections courantes et termes médicaux

#### III- le système digestif

- les organes et glandes du système digestif
- les étapes de la digestion et l'absorption intestinale
- la flore intestinale ou microbiote
- notions d'intolérance alimentaire (gluten, lait, œuf...)
- l'émonctoire intestinal : voie d'élimination des toxines
- l'émonctoire hépatique : voie d'élimination des toxines
- affections courantes et termes médicaux

#### IV- le système cardio-vasculaire et circulatoire

- le sang : fonction et composition
- structure et fonction du cœur
- le système veineux
- le système lymphatique – notions d'immunité
- affections courantes et termes médicaux

#### V- le système respiratoire

- structure du système respiratoire
- les poumons - la respiration
- les bienfaits de l'activité physique

---

**NEOFORMATION** siège social 54500 Vandoeuvre Les Nancy

Adresse : centre de formation Lingdao : 107, rue Emmanuel Chabrier 83220 Le Pradet

Association 835 217 639 APE 8559A Formation continue d'adultes tel : 06 67 27 56 81

[www.neoformation.fr](http://www.neoformation.fr) [neo.formation@yahoo.com](mailto:neo.formation@yahoo.com) tel : 06 67 27 56 81

Organisme de formation, déclaration d'activité enregistrée sous le n° 44 54 03654 54 auprès du préfet de région Grand Est, cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état.

- l'émonctoire pulmonaire : voie d'élimination des toxines
- affections courantes et termes médicaux

#### VI- le système nerveux

- structure du système nerveux
- le système nerveux central (l'encéphale, la moelle épinière, les nerfs)
- le système nerveux autonome (orthosympathique et parasympathique)
- les neurotransmetteurs : humeur et nutrition
- affections courantes et termes médicaux

#### VII- le système urinaire et rénal

- organes et fonctions du système urinaire
- l'urine
- l'émonctoire rénal : voie d'élimination des toxines
- affections courantes et termes médicaux

#### VIII- la peau et les organes des sens

- structure et fonctions de la peau
- les annexes cutanées (poils, glandes, ongles)
- l'émonctoire cutané : voie d'élimination des toxines
- affections courantes et termes médicaux
  
- l'odorat, le goût, la vision, l'ouïe et l'équilibre
- affections courantes et termes médicaux

#### IX- le système endocrinien et l'immunité

- emplacement des glandes endocrines et fonctions des hormones
- hypothalamus et hypophyse
- thyroïde
- parathyroïdes
- pancréas – régulation de la glycémie
- les glandes surrénales - la réponse au stress
- ovaires et testicules
- affections courantes et termes médicaux

#### X- le système génital

- le système génital de l'homme
- le système génital de la femme
- la reproduction et le cycle menstruel
- affections courantes et termes médicaux

## 3 / \*\*\* Diététique et nutrition

---

**NEOFORMATION** siège social 54500 Vandoeuvre Les Nancy

Adresse : centre de formation Lingdao : 107, rue Emmanuel Chabrier 83220 Le Pradet

Association 835 217 639 APE 8559A Formation continue d'adultes tel : 06 67 27 56 81

[www.neoformation.fr](http://www.neoformation.fr) [neo.formation@yahoo.com](mailto:neo.formation@yahoo.com) tel : 06 67 27 56 81

Organisme de formation, déclaration d'activité enregistrée sous le n° 44 54 03654 54 auprès du préfet de région Grand Est, cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état.

## **OBJECTIF DE LA FORMATION :**

Savoir conseiller une hygiène alimentaire pour préserver le capital santé.

Être capable de proposer une réforme alimentaire selon les besoins particuliers du sujet.

## **PRESENTATION :**

Lors de ce stage vous apprendrez toutes les bases de la digestion, de la diététique et de la nutrition. Cet enseignement vous permettra de comprendre l'importance de l'alimentation dans la santé aujourd'hui. A l'issu de ce stage vous serez capable de mettre en place une réforme alimentaire personnalisée selon les besoins spécifiques de votre client.

« Que ton aliment soit ton premier médicament » Hippocrate.

## **3 / 1 La Digestion ( 1j)**

### Introduction - généralités

#### 1- La bouche

1-1: les dents

1-2: la langue

1-3 : les glandes salivaires

1-4: composition de la salive

#### 2- Pharynx et œsophage:

2-1: le pharynx

2-2: l'œsophage

2-3: la déglutition

#### 3- L'estomac

3-1: les cellules gastriques

3-2: mécanique de l'estomac

3-3: le suc gastrique

3-4: évacuation de l'estomac

#### 4- Le pancréas

4-1: le pancréas exocrine

4-2: le pancréas endocrine

#### 5- Foie et vésicule biliaire

5-1: le foie

5-2: vésicule biliaire et vois biliaires

5-3: sécrétions biliaires (la bile)

#### 6- L'intestin grêle

6-1: anatomie-histologie

6-2: rôles

6-3: les enzymes du suc intestinal

#### 7- L'absorption

7-1: Absorption d'eau

7-2: Absorption des glucides

7-3: Absorption des lipides

7-4: Absorption des vitamines liposolubles

#### 8- Le colon

8-1: Anatomie

8-2: Motricité

8-3: Biochimie de la formation des selles

#### 9- Troubles digestifs

9-1: les principaux symptômes

9-2: facteurs favorisant les troubles digestifs

---

**NEOFORMATION** siège social 54500 Vandoeuvre Les Nancy

Adresse : centre de formation Lingdao : 107, rue Emmanuel Chabrier 83220 Le Pradet

Association 835 217 639 APE 8559A Formation continue d'adultes tel : 06 67 27 56 81

[www.neoformation.fr](http://www.neoformation.fr) [neo.formation@yahoo.com](mailto:neo.formation@yahoo.com) tel : 06 67 27 56 81

Organisme de formation, déclaration d'activité enregistrée sous le n° 44 54 03654 54 auprès du préfet de région Grand Est, cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état.

## 3/ 2 Les besoins nutritionnels

### I- Les besoins énergétiques

- 1- Les composantes de la dépense énergétique
  - 1-1 le métabolisme basal
  - 1-2 les dépenses variables
- 2- Evaluation de l'état nutritionnel

### II- Les besoins en glucides

- 1- classification des glucides
- 2- index glycémique
- 3-place des glucides dans la ration
- 4-les fibres alimentaires

### III- Les besoins en lipides

- 1-les bases du besoin en lipides
- 2-place des lipides dans la ration
- 3- sources alimentaires

### IV- Les besoins en protéines

- 1- les bases du besoin protéique
- 2- qualité des protéines: valeur biologique
- 3- place des protéines dans la ration

### V- Les besoins en minéraux

- 1- les besoins en calcium
- 2-les besoins en phosphore
- 3- les besoins en magnésium
- 4- les besoins en fer
- 5- les besoins en sodium
- 6- les besoins en potassium

### VI- Les besoins hydriques

## 3/3 La ration équilibrée (1/2j)

CONTENU DE LA FORMATION :

- I- Etablissement de la ration
- II- Justification de la ration
- III- Répartition journalière
- IV- Repères de consommation selon les recommandations du PNNS
- V- Plan alimentaire
  - 1- Définition
  - 2- Elaboration plan alimentaire
  - 3- Présentation plan alimentaire

## 3/ 4 Equilibre acido basique

contenu de la formation

- I- Rappels de chimie et physiologie
  - 1- Qu'est ce que le pH
  - 2- Notion d'équilibre acido-basique
  - 3- Les systèmes tampons
- II- Dépister un déséquilibre acido-basique
- III- Impact d'un déséquilibre acido-basique sur l'organisme
- IV- Principales causes de déséquilibre acido-basique
- V- Hygiène de vie acido-basique
  - 1- L'alimentation
  - 2- Conseils de vie acido-basique
    - 2-1 La dépuratation
    - 2-2 L'activité physique

## 3/ 5 Intolérances alimentaires (1j)

contenu de la formation

- \* Introduction: Intolérances ou allergies ?
- \* Causes
- \* Diagnostic
- \* Symptômes
- \* Les aliments allergènes
- \* Prise de poids et intolérances alimentaires
- \* Intolérance et troubles chez l'enfant
- \* Intolérance aux additifs
- \* Traitement
- \* Intolérance alimentaire et maladies auto-immunes
- \* Vivre avec une intolérance alimentaire
- \* QCM Examen final
- \* Bibliographies

---

**NEOFORMATION** siège social 54500 Vandoeuvre Les Nancy

Adresse : centre de formation Lingdao : 107, rue Emmanuel Chabrier 83220 Le Pradet

Association 835 217 639 APE 8559A Formation continue d'adultes tel : 06 67 27 56 81

[www.neoformation.fr](http://www.neoformation.fr) [neo.formation@yahoo.com](mailto:neo.formation@yahoo.com) tel : 06 67 27 56 81

Organisme de formation, déclaration d'activité enregistrée sous le n° 44 54 03654 54 auprès du préfet de région Grand Est, cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état.

## 3/ 6 Le microbiote

### Partie 1 : Les bases

- Un peu sur les microbes
- Définition et les différents types de microbiotes
- Rappel physiologique
- Comment se développe le microbiote intestinal
- Fonctions du microbiote
- Facteurs influençant l'équilibre du microbiote
- La clé d'un microbiote en santé

### Partie 2 :

- Qu'est-ce que la dysbiose
- Causes et signes
- Quelques pathologies en lien avec le microbiote
- Relations avec les autres organes
- Un exemple de débalancement du microbiote : l'obésité
- L'axe intestin-cerveau

Partie 3: Applications pratiques

Comment influencer positivement le microbiote intestinal

Conseils pour un microbiote sain

## 3 / 7 La candidose (1j)

- I- Le candida albicans
- II- Relation entre candida et hyperperméabilité intestinale
- III- Causes de prolifération du Candida
- IV- Les symptômes
- V- Moyens de diagnostic
- VI- Comment lutter contre candida albicans?
- 1- Adopter une alimentation anti-candidose
- 2- Utiliser des anti fongiques naturels
- 3- S'occuper de sa flore et réduire la perméabilité de la muqueuse
- 4- Conseils supplémentaires
- 5- Exemple de traitement
- 6- Effets secondaires du traitement

## 3/8 Le Jeune (1/2j)

contenu

I- Rappels physiologiques

II- Le jeûne

1- Principales indications du jeûne

2- A faire avant un jeûne thérapeutique

3- Le suivi

4- Les contre indications au jeûne

5- Les « inconvénients » du jeûne

6- En pratique

7- Jeûne et cancer

III- Le jeûne intermittent

1- Bénéfices pour la santé

2- Mise en pratique

3- Conseils

---

**NEOFORMATION** siège social 54500 Vandoeuvre Les Nancy

Adresse : centre de formation Lingdao : 107, rue Emmanuel Chabrier 83220 Le Pradet

Association 835 217 639 APE 8559A Formation continue d'adultes tel : 06 67 27 56 81

[www.neoformation.fr](http://www.neoformation.fr) [neo.formation@yahoo.com](mailto:neo.formation@yahoo.com) tel : 06 67 27 56 81

Organisme de formation, déclaration d'activité enregistrée sous le n° 44 54 03654 54 auprès du préfet de région Grand Est, cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état.



## 3/ 09 Nutrithérapie 2j

- Définitions
- Les grands noms de la nutrithérapie
- Pourquoi supplémenter ?
- Les nutriments
- De l'aliment au nutriment
- Les vitamines
  - Vitamine B1 (thiamine)
  - Vitamine B2 (riboflavine)
  - Vitamine B3 (niacine ou vitamine PP)
  - Vitamine B5 (acide pantothénique)
  - Vitamine B6 (pyridoxine)
  - Vitamine B8 (biotine ou vitamine H)
  - Vitamine B9 (acide folique/folates)
  - Vitamine B12 (cobalamine)
  - Vitamine C (acide ascorbique)
  - Vitamine A (rétinol/acide rétinoïque)
  - Vitamine D (ergocalciférol/cholécalfiérol)
  - Vitamine E (tocophérol/tocotriénol)
  - Vitamine K (phytomédiane)
- Les acides gras essentiels
  - Oméga 3
  - Oméga 6
- Conclusion

## 3/10 Alimentation du sportif 1,5j

### Sommaire partie 1:

- physiologie sportive
- I- D'où provient l'énergie lors d'un effort?
- II- Origines de l'ATP lors de l'effort.
- III- Utilisation des différentes filières énergétiques lors de l'effort
- IV- Le cœur du sportif
- V- Effets de l'activité sportive sur le métabolisme

### Sommaire Partie 2

- I- Rappel sur les macronutriments et micronutriments
  - 1- les glucides
  - 2- le lipides
  - 3- les protéines
  - 4- les micronutriments: vitamines et minéraux
- II- Conseils généraux
- III- L'eau: une alliée à ne pas sous estimer
- IV- Les différentes rations
  - 1- Le petit déjeuner
  - 2- Les collations
  - 3- Le déjeuner et le dîner
  - 4- 3 jours avant la compétition
  - 5- Le jour de la compétition
  - 6- La récupération

---

**NEOFORMATION** siège social 54500 Vandoeuvre Les Nancy

Adresse : centre de formation Lingdao : 107, rue Emmanuel Chabrier 83220 Le Pradet

Association 835 217 639 APE 8559A Formation continue d'adultes tel : 06 67 27 56 81

[www.neoformation.fr](http://www.neoformation.fr) [neo.formation@yahoo.com](mailto:neo.formation@yahoo.com) tel : 06 67 27 56 81

Organisme de formation, déclaration d'activité enregistrée sous le n° 44 54 03654 54 auprès du préfet de région Grand Est, cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état.

## 3/11 Index glycémique 0,5j

- I- La glycémie et ses mécanismes de régulation
  - 1- Physiologie du pancréas
  - 2- fonctionnement des hormones impliquées dans la régulation de la glycémie
- II- Classification des glucides
- III- L'index (ou indice) glycémique (IG)
  - 1-Définition
  - 2-Comment les aliments à IG élevé conduisent au surpoids?
- IV- L'alimentation à index glycémique bas
  - 1- Les grands principes de ce « régime »
  - 2- En pratique

## 3/12 Diététique du diabète 1j

- I- Introduction
- II- Rappels de biochimie et de physiologie: régulation de la glycémie
- III- Physiopathologie: le diabète de type I: DID
  - 1- Généralités
  - 2- Conséquences physiopathologiques et complications
  - 3- Traitement
- IV- Physiopathologie: le diabète de type II: DNID
  - 1- Généralités
  - 2- Mécanismes de l'insulinorésistance chez le patient obèse
  - 3- Complications
- V- Prise en charge diététique du sujet DID
- VI- Prise en charge diététique du sujet DNID
- VII- Diététique des hypoglycémies
- VIII- Choix des aliments

## 3/13 Alimentation de la personne âgée 1j

- I- modifications dues au vieillissement ayant un impact sur l'alimentation
- II- L'alimentation du sujet âgé
  - 1- apport énergétique conseillé
  - 2- Apports conseillés en protéines
  - 3- Apports conseillés en glucides et en fibres
  - 4- Apports conseillés en lipides
  - 5- Apports conseillés en eau
  - 6- Apports conseillés en minéraux et vitamines
- III- Malnutrition et dénutrition du sujet âgé
  - 1- La malnutrition du sujet âgé
  - 2- Causes des MPE du sujet âgé
  - 3- Conséquences globales
  - 4- Evaluation de la dénutrition
- IV- Conseils du PNNS

---

**NEOFORMATION** siège social 54500 Vandoeuvre Les Nancy

Adresse : centre de formation Lingdao : 107, rue Emmanuel Chabrier 83220 Le Pradet

Association 835 217 639 APE 8559A Formation continue d'adultes tel : 06 67 27 56 81

[www.neoformation.fr](http://www.neoformation.fr) [neo.formation@yahoo.com](mailto:neo.formation@yahoo.com) tel : 06 67 27 56 81

Organisme de formation, déclaration d'activité enregistrée sous le n° 44 54 03654 54 auprès du préfet de région Grand Est, cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état.

## 3/14 L'obésité (2j)

- I- définition- généralités
- II- Rappel sur le tissu adipeux
- III- Types d'obésité
- IV- Facteurs de risques de l'obésité
- V- Evaluation de l'obésité
- VI- Les risques des obésités
- VII- Traitement
- VIII- diététique de l'obésité

### Sommaire chirurgie de l'obésité

- I- Tour d'horizon des chirurgies bariatriques
- II- Conditions et démarches pour une chirurgie bariatrique
- III- Complications de la chirurgie bariatrique avec intervention de la diététique
- IV- La diététique et la chirurgie bariatrique
  - 1- rôle du diététicien
  - 2- Bilan diététique avant décision chirurgicale
  - 3- En période pré opératoire
  - 4- Schéma de réalimentation post opératoire
  - 5- Schéma de réalimentation à 1 mois après l'intervention
  - 6- Les aliments à éviter

## 4 Phytothérapie 2j

### Partie 1 botanique

- I- Généralités
- II- La cellule végétale
  - 1- membrane squelettique
  - 2- les vacuole
  - 3- les plastes
  - 4- les inclusions de réserve
- III- Les tissus végétaux
- IV- Fonction de nutrition des plantes chlorophylliennes
- V- Organisation du règne végétal
- VI- mécanismes de la reproduction sexuée
- VII- Notion de pharmacognosie

### Sommaire partie 2

- I- définition- généralités
- II- Les formes galéniques
- III- Toxicité et limites de la phytothérapie
- IV- Posologie
- V- Indications de quelques plantes courantes
- VI- Conseil en phytothérapie par indication
  - 1- les affections rhumatismales
  - 2- les affections du système circulatoire
  - 3- Quelques plantes agissant sur le système nerveux
  - 4- Plantes pour les affections urinaires
  - 5- Plantes pour le système digestif

---

**NEOFORMATION** siège social 54500 Vandoeuvre Les Nancy

Adresse : centre de formation Lingdao : 107, rue Emmanuel Chabrier 83220 Le Pradet

Association 835 217 639 APE 8559A Formation continue d'adultes tel : 06 67 27 56 81

[www.neoformation.fr](http://www.neoformation.fr) [neo.formation@yahoo.com](mailto:neo.formation@yahoo.com) tel : 06 67 27 56 81

Organisme de formation, déclaration d'activité enregistrée sous le n° 44 54 03654 54 auprès du préfet de région Grand Est, cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état.

## 5/ 1 Aromathérapie 2j

- I- Présentation de l'aromathérapie
- II- Les huiles essentielles du système nerveux
- III- Les huiles essentielles anti inflammatoires
- IV- Les huiles essentielles détoxiquantes
- V- Les huiles essentielles digestives
- VI- Les huiles essentielles de l'immunité
- VII- Les huiles essentielles pour la peau et la circulation

## 5/ 2 Olfactothérapie 2j

### MODULE 1: LE FONCTIONNEMENT DE L'ODORAT

- o Introduction
- o Fonctionnement de l'odorat
- o Anatomie du nez
- o Le cerveau
- o Les troubles de l'odorat

### MODULE 2: LES HE ET LES CHACKRAS

- o Aromathérapie vibratoire
- o Les chacras
- o Les HE appropriées aux chacras
- o Chackras harmonisation, synergie, mode d'utilisation
- o Exercice de découverte

### MODULE 3: LES HE ET LES ÉMOTIONS

- o Propriétés thérapeutiques/émotionnelles des HE
- o Regroupement thématique des HE
- o selon les domaines d'intervention thérapeutique
- o Comment choisir la HE appropriée?
- o Cas pratique

### MODULE 4: LA MÉTODOLOGIE

- o Méthodologie
- o Déroulement d'une séance
- o Comment préparer des synergies pour soigner les troubles émotionnels?
- o Conseils d'utilisation
- o Cas pratique

### MODULE 5: PARCOURS SPIRITUEL

- o HE sacrées
- o Méditation
- o QCM FINAL

---

**NEOFORMATION** siège social 54500 Vandoeuvre Les Nancy

Adresse : centre de formation Lingdao : 107, rue Emmanuel Chabrier 83220 Le Pradet

Association 835 217 639 APE 8559A Formation continue d'adultes tel : 06 67 27 56 81

[www.neoformation.fr](http://www.neoformation.fr) [neo.formation@yahoo.com](mailto:neo.formation@yahoo.com) tel : 06 67 27 56 81

Organisme de formation, déclaration d'activité enregistrée sous le n° 44 54 03654 54 auprès du préfet de région Grand Est, cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état.

## 5/ 3 Fleurs de Bach 1j

- I- INTRODUCTION
- II- BIOGRAPHIE DU Dr BACH
- III- PREPARATION DES ELIXIRS FLORAUX
- III- LES DIFFERENTS ELIXIRS FLORAUX
- 1-Peur et insécurité
- 2-Inquiétude pour autrui
- 3-Découragement et dépression
- 4-Doute et incertitude
- 5-Solitude
- 6-Manque d'intérêt
- 7-Sensibilité aux influences
- IV- UTILISATION DES ELIXIRS FLORAUX
- V- SOURCES D'APPROVISIONNEMENT

## 5/ 4 Lithothérapie 2j

- Introduction
- Les principales pierres et leurs vertus
- Les pierres et les signes du zodiaque
- Les pierres et l'aura
- Les pierres et les chakras
- Les remèdes de guérison avec les pierres semi – précieuses
- Les pierres et les organes du corps humain
- Le chemin de vie
- Soin et entretien des pierres
- Examen final QCM
- Bibliographie

## 5/ 5 Homéopathie 2j

- Introduction
- Les grands terrains de l'homéopathie
- L'essentiel à savoir sur l'homéopathie
- L'homéopathie chez les enfants et les adolescents
- L'homéopathie chez la femme
- Les dix médicaments homéopathique essentiels
- Dictionnaire homéopathique
- Exemple de maladie que l'on peut traiter avec l'homéopathie
- Idée reçue sur l'homéopathie questions /réponses
- Bibliographie
- QCM final

---

**NEOFORMATION** siège social 54500 Vandoeuvre Les Nancy

Adresse : centre de formation Lingdao : 107, rue Emmanuel Chabrier 83220 Le Pradet

Association 835 217 639 APE 8559A Formation continue d'adultes tel : 06 67 27 56 81

[www.neoformation.fr](http://www.neoformation.fr) [neo.formation@yahoo.com](mailto:neo.formation@yahoo.com) tel : 06 67 27 56 81

Organisme de formation, déclaration d'activité enregistrée sous le n° 44 54 03654 54 auprès du préfet de région Grand Est, cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état.

## 5/ 6 Iridologie 3j

- I – PRESENTATION DE L'IRIDOLOGIE
- II – LE TERRAIN EN IRIDOLOGIE
- III- LES TOXEMIES
- IV- LE SYSTÈME NERVEUX
- V- LES CARTOGRAPHIES
- VI – LE BILAN EN IRIDOLOGIE

## 5/ 7 Apithérapie 2,5j

- I Introduction
- II Anatomie, biologie des abeilles
- III Le rôle des abeilles
- IV Les plantes mellifères
- V Les différents produits de la ruche
- VI Les autres produits
- VII Les utilisations des produits
- VIII Bibliographie

## 5/ 8 Gemmothérapie 1j

- I- Définition et histoire
- II- Un peu de botanique
- III- Fabrication des macérats mères de bourgeons
- IV- Conseils d'utilisation et contre indications
- V- Propriétés des bourgeons
- 1- bourgeons les plus courants
- 2- les bourgeons de la femme
- 3- La gemmothérapie et les enfants
- 4- Bourgeons chez les seniors
- 5- Exemples d'autres bourgeons

## 5/ 9 Argilothérapie 1j

- Introduction
- Les différentes argiles
- Les propriétés de tout les types d' argiles
- Les différentes formes galénique
- L'utilisation de l'argile :
  - 1.Utilisation voie externe
  - 2.Utilisation voie interne
  - 3.Utilisation dans les médicaments
- Exemple d'utilisation et de préparation de l'argile
- Précautions d'utilisation et toxicité de l'argile
- Quelques témoignages de personnes guérit par l'argile
- Les autres différents usage de l'argile
- Examens final QCM
- Bibliographie

---

**NEOFORMATION** siège social 54500 Vandoeuvre Les Nancy

Adresse : centre de formation Lingdao : 107, rue Emmanuel Chabrier 83220 Le Pradet

Association 835 217 639 APE 8559A Formation continue d'adultes tel : 06 67 27 56 81

[www.neoformation.fr](http://www.neoformation.fr) [neo.formation@yahoo.com](mailto:neo.formation@yahoo.com) tel : 06 67 27 56 81

Organisme de formation, déclaration d'activité enregistrée sous le n° 44 54 03654 54 auprès du préfet de région Grand Est, cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état.

## 6/ 1 Création d'entreprise 2j

### Plan du livret de formation

- I. Les étapes de la création d'entreprise
  - A. Le projet
  - B. Le marché
  - C. Les prévisions financières
  - D. Les aides au financement des investissements
  - E. Les différents statuts
  - F. L'immatriculation
  - G. Le démarrage de l'activité
- II. Pourquoi choisir la microentreprise
  - A. Avantages et inconvénients de la microentreprise
  - B. Autres formes juridiques possibles
- III. Le régime fiscal de la microentreprise
  - A. Les seuils de la microentreprise
  - B. Calcul au prorata du seuil de chiffres d'affaires pour la première année d'exercice
  - C. La question de la TVA
  - D. Les cotisations sociales
  - E. Les taxes payables par la microentreprise (CFE, etc.)
    - 1) La cotisation foncière des entreprises
    - 2) La contribution à la formation professionnelle
    - 3) Taxes pour frais de chambre consulaire
- IV. Les obligations déclaratives fiscales et sociales de la microentreprise
  - A. Option mensuelle ou trimestrielle
  - B. Comment et quand déclarer
- V. Le régime d'imposition
  - A. Le prélèvement fiscal libératoire (PFL)
  - B. Sans l'option du prélèvement fiscal libératoire
- VI. La couverture sociale du microentrepreneur
  - A. Votre affiliation
  - B. Droits à la retraite
- VII. L'organisation administrative et comptable du microentrepreneur
  - A. Le compte bancaire
  - B. Les différents livres comptables
  - C. Les devis et factures
    - 1) Le devis
    - 2) La facture
  - E. Quelques conseils supplémentaires

## 6/ 2 Gestion des conflits 2j

### CHAPITRE I IDENTIFIER LES DIFFÉRENTS CONFLITS ET LEURS CAUSES

#### A. La nature du conflit

#### B. Les causes du conflit

- 1) La violence verbale
- 2) La violence non verbale
- 3) Nos croyances
- 4) Le déni de responsabilité
- 5) Le manque d'écoute

### CHAPITRE II ANALYSER NOS REACTIONS FACE AU CONFLIT

#### A. Les quatre préférences comportementales

#### B. Le triangle de Karpman

### CHAPITRE III LES CINQ STYLES DE GESTION DES CONFLITS

#### A. Les cinq styles de gestion des conflits

#### B. La tendance à rivaliser

#### C. La tendance à éviter

#### D. La tendance à céder

#### E. La tendance à rechercher le compromis

#### F. La tendance à collaborer

#### G. Autodiagnostic de Thomas-Kilmann



## **CHAPITRE IV PREVENIR ET GERER LES CONFLITS EN ADOPTANT UNE POSTURE ASSERTIVE**

- A. Adopter une posture assertive : Phase I Observer plutôt que juger**
- B. Adopter une posture assertive : Phase II Travailler sur ses émotions et sentiments**
  - 1) *Gérer son stress*
  - 2) *Définir le sentiment ou l'émotion*
- C. Adopter une posture assertive : Phase III Identifier les valeurs et besoins non nourris dans la situation conflictuelle**
- D. Adopter une posture assertive : Phase IV Pratiquer l'écoute active**
  - 1) *Les attitudes de Porter*
    - a) L'attitude Evaluation – Jugement
    - b) L'attitude Interprétation
    - c) L'attitude Soutien
    - d) L'attitude Investigation
    - e) L'attitude Solution-Action/Conseil
    - f) L'attitude Compréhension-Reformulation
  - 2) *Rappel de quelques éléments fondamentaux de l'écoute active*
  - 3) *Questionner pour mieux comprendre*
  - 4) *Reformuler pour éviter les malentendus*
  - 5) *Schéma récapitulatif de l'écoute active*
- E. Adopter une posture assertive Phase V S'exprimer avec la méthodologie DESC**
- F. Adopter une posture assertive : Phase VI Formuler une demande**
- G. Mettre en place un processus de médiation**

## **CHAPITRE V LA SORTIE DU CONFLIT**

- A. De l'utilité d'un écrit**
- B. Donner des signes de reconnaissance**

## TUTORAT

vous bénéficierez de 3 jours de tutorat soit 18 heures d'un tuteur, pendant toute la durée de votre formation.

chaque intervention du tuteur se fera pour un minimum de 1h00 de visio formation, avec validation par signature de l'apprenant sur une feuille d'émargement. (pour chacune des interventions)

Ce tutorat vous permet de pouvoir répondre à vos questions. ou reformuler certaines parties de cours, Si vous souhaitez, le formateur peut vous questionner sur certains thèmes, afin de vérifier ou compléter vos acquisitions.

## MÉTHODES ET OUTILS PÉDAGOGIQUES :

- \* Formation en E-Learning Tutoré.
  - \* Mise à disposition de supports de cours : Powerpoint et de Quizz sur notre site d'E-Learning
  - \* Vous avez 1 année pour réaliser la formation, et vous pourrez encore avoir l'accès à la plateforme de E-Learning 1 année supplémentaire ( soit 2 ans d'accès en tout à partir de votre date de début de formation.
- > Délivrance d'une attestation de « Praticien en Naturopathie » par le centre Lingdao

## MODALITÉS :

formation en distanciel tutoré.

---

**NEOFORMATION** siège social 54500 Vandoeuvre Les Nancy

Adresse : centre de formation Lingdao : 107, rue Emmanuel Chabrier 83220 Le Pradet

Association 835 217 639 APE 8559A Formation continue d'adultes tel : 06 67 27 56 81

[www.neoformation.fr](http://www.neoformation.fr) [neo.formation@yahoo.com](mailto:neo.formation@yahoo.com) tel : 06 67 27 56 81

Organisme de formation, déclaration d'activité enregistrée sous le n° 44 54 03654 54 auprès du préfet de région Grand Est, cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état.