

## **PROGRAMME DE FORMATION 2021**

### **FORMATION D'INITIATION À LA NATUROPATHIE**

Toutes nos formations sont animées par une naturopathe

#### **POURQUOI SUIVRE NOS FORMATIONS ?**

Ces formations sont adaptées à toute personne souhaitant:

- se former à la naturopathie sans vouloir devenir pour autant naturopathe,
- devenir naturopathe et acquérir en préparation des connaissances de base,
- se reconverter professionnellement avec le souhait de donner plus de sens à son métier en y incluant une dimension d'accompagnement et de soin dans le secteur de la santé et du bien-être naturel,
- élargir son expertise professionnelle et développer une approche globale de la personne.

#### **Important!**

- les informations partagées dans le cadre de ces formations ne peuvent se substituer à tout conseil et suivi médical.
- les formations donnent lieu à une attestation de suivi mais ne permettent pas de s'installer en tant que naturopathe.

#### **Vous hésitez?**

- payez en plusieurs fois si vous le souhaitez.
- tarif solidaire si besoin pour que le budget ne soit pas un frein et tarif possible pour les couples
- testez la première séance du module 1 gratuitement pour vous décider.

## Module 1 : LES BASES DE LA NATUROPATHIE

**10 séances sur 1 an**

Cette formation vous permet de vous familiariser avec les bases et concepts de la naturopathie pour l'appliquer au quotidien. A la fin de la formation, vous saurez identifier les leviers de tout programme d'hygiène de vie personnalisé et vous aurez des clés pour construire le vôtre.

### **Programme:**

- 1 : La naturopathie: fondements, triangle médical, techniques naturopathiques et bilan de vitalité
- 2 : Les quatre tempéraments hippocratiques
- 3 : Elimination, émonctoires et toxémie
- 4 : Les bases d'une alimentation vitalisante
- 5 : Stress, équilibre acido-basique et sommeil
- 6 : Notre corps bactérien : vivre en synergie avec ses bactéries
- 7 : Vivre au rythme des saisons
- 8 : Développer une approche écologique (consommation et environnement)
- 9 : Origine et causes de la maladie
- 10 : Appliquer la naturopathie (cures naturopathiques : détoxination, revitalisation et compléments alimentaires)

### **Sans prérequis**

*Chaque séance de formation vous permettra de remplir un support qui sera remis pour vous aider à construire pas à pas votre programme d'hygiène de vie personnalisé.*

### **PROCHAINES DATES**

en cours du soir (jeudi 18h-21h)  
07/01/21, 04/02/21,  
11/03/21, 01/04/21,  
22/04/21, 03/06/21,  
24/06/21, 08/07/21

### **TARIF**

300€ les 10 séances  
+ Option « Quizz »: 100€  
(10 visioconférences d'1h entre 2  
séances pour approfondir et tester ses  
connaissances)

**Informations et inscription : [hello@hyris.org](mailto:hello@hyris.org) / 06 75 70 26 78**

## Module 2 : DÉCOUVERTE DES TECHNIQUES NATURELLES

12 séances sur 1 an

Cette formation vous donne les connaissances de base pour comprendre et utiliser chacune des techniques en toute sécurité. Elle vous permet de vous familiariser avec chaque technique et d'identifier celle(s) qui vous convien(en)t et que vous pourrez approfondir.

### Programme:

1. Nutrition
2. Huiles essentielles 1 (antisymptomatique)
3. Gemmothérapie
4. Eaux florales et huiles végétales
5. Elixirs floraux
6. Phytothérapie locale
7. Argile
8. Huiles essentielles 2 (psycho-énergétique)
9. Initiation à la réflexologie plantaire
10. Hydrothérapie
11. Techniques de gestion du stress
12. Oligothérapie

### Prérequis: Module 1 (ou connaissance des bases de la naturopathie)

*NB: Une formation complémentaire d'approfondissement est nécessaire pour pouvoir utiliser et conseiller ces techniques dans le cadre de soin ou de consultation.*

### PROCHAINES DATES

en cours du soir (jeudi 18h-21h)  
14/01/21, 11/02/21, 25/03/21,  
08/04/21, 22/04/21, 27/05/21,  
17/06/21, 01/07/21, 16/09/21,  
14/10/21, 25/11/21, 16/12/21

### TARIF

450€ pour les 12 séances  
45€ la séance au choix (matériel et support inclus)

**Informations et inscription : [hello@hyris.org](mailto:hello@hyris.org) / 06 75 70 26 78**

## Module 3 : PRENDRE SOIN DE SOI

12 séances sur 1 an

Cette formation vous permet d'aborder les 10 systèmes physiologiques (digestif, nerveux, cutané..) et leurs dérèglements les plus fréquents. A la fin de la formation, vous saurez comment prendre soin de votre corps en prévention ou en cas de dérèglement (symptômes).

### Programme:

1. Système digestif
2. Système nerveux
3. Système hormonal
4. Système musculaire et ostéo-articulaire
5. Système circulatoire
6. Système cutané
7. Cas pratiques et liens entre les systèmes
8. Système respiratoire
9. Système urinaire
10. Système immunitaire
11. Système reproducteur
12. Cas pratiques et liens entre les systèmes.

### Prérequis: Modules 1 et 2.

Chaque séance sera l'occasion de relier les remèdes naturels (module 2) à un symptôme et d'adapter ainsi votre hygiène de vie à votre besoin (module 1).

### PROCHAINES DATES

en cours du soir (mardi 18h-21h)

26/01/21, 09/02/21,  
16/03/21, 20/04/21,  
18/05/21, 22/06/21,  
06/07/21, 21/09/21,  
12/10/21, 09/11/21,  
30/11/21, 14/12/21

### TARIF

450€ pour les 12 séances  
45€ la séance au choix (matériel et support inclus)

**Informations et inscription : [hello@hyris.org](mailto:hello@hyris.org) / 06 75 70 26 78**

**FORMATION EN NATUROPATHIE FAMILIALE  
FORMULE COMPLÈTE**

**17 jours sur 1 an**

Cette formation inclut les modules 1, 2 et 3 (détaillés ci-dessus) .  
Elle permet d'acquérir des compétences utiles pour devenir acteur de sa santé et donne une base solide pour appliquer la naturopathie chez soi et pour soi (naturopathie familiale).

Cette formation permet également de poser les bases d'une ouverture professionnelle vers un accompagnement plus global et holistique du patient. Elle peut s'intégrer à un plan de formation professionnelle.

*NB: Une formation complémentaire d'approfondissement est nécessaire pour pratiquer la naturopathie pour des tiers (naturopathe)*

**Programme:**

Module 1: Les bases de la naturopathie

Module 2: Découvrir les techniques naturelles

Module 3: Prendre soin de soi

**Prérequis:** aucun

**PROCHAINES DATES**

2 vendredis par mois

en journée (09h30-17h30):

15/01/21, 29/11/21, 12/02/21,  
19/02/21, 12/03/21, 26/03/21,  
09/04/21, 23/04/21, 21/05/21,  
28/05/21, 18/06/21, 02/07/21,  
10/09/21, 24/09/21, 08/10/21,  
12/11/21, 26/11/21

**TARIF**

1 200€ pour l'ensemble de la formation  
(matériel + option « Quizz » du module 1  
inclus)

**Informations et inscription : [hello@hyris.org](mailto:hello@hyris.org) / 06 75 70 26 78**