



# Conseiller en Naturopathie



Contactez-nous : **06 63 81 05 23**

©AMANAÉ FORMATION, 10 Avenue de Paris, 20000 Ajaccio,  
représenté par Mylène Argot Coltelloni, enregistré sous le Numéro de Déclaration d'Activité  
94202114420, auprès de la DREETS de Corse . Numéro de Siret : 42103142800020



La certification qualité a été délivrée au  
titre de la catégorie d'action suivante :  
- Actions de formation



# Programme de formation

Cette formation complète va vous permettre de mettre en place des actions de développement de ressources personnelles (physiques, psychologiques...) afin d'optimiser le bien-être de la personne.

## DÉFINITION :

Le conseiller en Naturopathie utilise ses connaissances pour proposer des conseils en Anatomie, Nutrition, Micro-nutrition, Hygiène vitale, en Phytothérapie, en Aromathérapie, en Lithothérapie, Fleurs de Bach et en Apithérapie, afin d'aider l'organisme à se maintenir en bonne santé par lui-même. Il agit dans le domaine de la prévention et de l'éducation au bien-être.

Le Conseiller ne propose pas de pratique manuelle visant à la libération des émonctoires.

La Naturopathie contribue ainsi à la promotion d'une santé globale et durable, qui ne se substitue jamais à la médecine conventionnelle mais la complète, elle s'inscrit en parfaite complémentarité avec les autres pratiques sanitaires, médicales et/ou paramédicales.

**DURÉE : 590 heures**

**PRIX : 3000 € sans prise en charge**  
**3500 € avec prise en charge (OPCO, Pôle emploi,...)**

**PRÉ-REQUIS : Majeur**

**CONDITIONS ADMISSION : Entretien préalable au stage**

**DÉLAIS D'ACCÈS A LA FORMATION : E-learning accessible dès l'inscription**

## PUBLICS CONCERNÉS :

- Professionnels de la santé, du bien-être et de l'esthétique
- Les personnes en reconversion professionnelle
- Toute personne ayant la volonté de se former en naturopathie pour améliorer son hygiène de vie et celle de leurs proches dans une démarche naturelle et globale

**MODE DE DÉROULEMENT : Formation à distance en e-learning**

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- **Réaliser des bilans de vitalité associés à l'alimentation et à l'hygiène dans une démarche préventive**
- **Concevoir, proposer un programme Naturopathique de bien-être**
- **Mobiliser ses connaissances théoriques et pratiques pour proposer des conseils individualisés en nutrition, micro-nutrition, phytolthérapie et aromathérapie adaptés au terrain et au besoin du consultant**
- **Connaitre la déontologie, les limites d'exercices et la législation relative à son exercice**
- **Connaitre les contre-indications et interactions médicamenteuses**
- **Créer, développer et gérer son entreprise**

Le « Conseiller en Naturopathie » est un salarié qui peut intervenir au sein de magasins de produits naturels, de parapharmacies, de pharmacie-herboristerie, de centres de spa et thalasso, des établissements de remise en forme et de bien-être, ...

Il peut être aussi un travailleur indépendant professionnel libéral. Il assure une éducation au bien-être sur un équilibre alimentaire, en oxygénation et en gestion des émotions.

A l'issue de cette formation, une attestation de stage, appelée aussi Certificat de Formation, sera délivrée ainsi qu'une facture. Dès la fin de cette formation vous pourrez pratiquer professionnellement.

*Cette technique est non médicale, ni paramédicale thérapeutique.  
Elle est destinée au mieux-être.*

# PROGRAMME ET DÉROULÉ DE LA FORMATION

515 heures - **E-LEARNING**

## **Module 1 : ANATOMIE - 70 heures**

Pour ©AMANAÉ FORMATION et son approche holistique, il paraît indispensable de connaître les **bases du corps humain** :

### **1. La fonction de nutrition : besoin de se nourrir et de respirer**

- Le système digestif
- Le système respiratoire
- Le système circulatoire
- Le système lymphatique
- Le système urinaire

### **2. La fonction de relation : besoin de maintenir son équilibre et d'interagir avec son environnement**

- Le système nerveux
- Le système sensoriel
- Le système musculosquelettique

### **3. La fonction de reproduction : besoin de se reproduire pour assurer la survie de l'espèce**

- Le système reproducteur masculin
- Le système reproducteur féminin

### **4. Quiz final**

## **Module 2 : NUTRITION et MICRO-NUTRITION - 100 heures**

Cette formation très complète en **Nutrition** et **Micro-nutrition** va vous permettre de conseiller à vos clients ou vos proches un rééquilibrage alimentaire et comment retrouver plus de vitalité. Le but premier de la **micro-nutrition** est de permettre aux personnes de retrouver un équilibre et de donner aux cellules tout ce qui est nécessaire pour synthétiser les molécules qu'elles fabriquent à l'aide des vitamines, minéraux, acides aminés et acides gras.

### **1. Nutrition : 60 heures**

- Définition
- Les glucides, lipides, protides
- Les différentes huiles végétales.
- L'alimentation et les différents régimes (chrononutrition, macrobiotique, végétarisme, etc...)
- Intolérances et allergies alimentaires.
- Les diètes, le jeûne, les cures naturopathiques
- Le drainage des toxines et déchets.
- L'hygiène intestinale.
- Les facteurs de stress et ses conséquences sur l'alimentation
- le rôle d'une alimentation équilibrée

### **2. Micro-nutrition : 40 heures**

- les troubles de la perméabilité intestinale,
- les probiotiques,
- les vitamines,
- les minéraux
- les oligo-éléments,
- les acides aminés,
- l'équilibre acide base
- les Neuromédiateurs

### **3. Quiz final**

## PROGRAMME ET DÉROULÉ DE LA FORMATION

### Module 3 : PHYTOTHÉRAPIE et GEMMOTHERAPIE - 80 heures

La **Phytothérapie** est la thérapie ou le traitement par les **plantes**. Vous étudierez les plantes pour tisanes et sous formes sèches en poudre pour gélules. Vous allez également découvrir une branche importante de la Phytothérapie qui est la **Gemmothérapie**, ou l'étude des bourgeons.

#### PHYTOTHÉRAPIE: 60 heures

##### Module I :

- Comment faire un bilan en phytothérapie
- Les plantes de la gestion du stress et du sommeil
- Les plantes de la peau et des phanères
- Les plantes de la régulation hormonale
- Les plantes du système urinaire
- Les plantes du système digestif
- Les argiles
- Comment faire des tisanes, des teintures mères et des huiles essentielles

##### Module II :

- Les plantes drainantes et circulatoires
- Les plantes du système squelettique
- Les plantes du système respiratoire
- Les plantes immunitaires, anti-infectieuses et stimulantes

##### Evaluation + QUIZ

#### GEMMOTHERAPIE : 20 heures

##### Module III :

- 1. Histoire de la gemmothérapie
- Méthodes d'extraction
- Posologies et modes d'emploi des bourgeons
- Les Unitaires : Les 45 macérats gycérinés et leur partie subtile

##### Les bourgeons par systèmes et schémas thérapeutiques :

- Le métabolisme
- Les systèmes osté-articulaire, circulatoire, endocrinien
- L'immunité / Vitalité
- Le système respiratoire, le système nerveux
- La peau

##### Evaluation + QUIZ

# PROGRAMME ET DÉROULÉ DE LA FORMATION

## Module 4 : AROMATHÉRAPIE - 60 heures

C'est l'utilisation des **huiles essentielles** à des fins thérapeutiques, agissant au niveau du corps et de l'esprit. Les **huiles essentielles** peuvent être utilisées par voie interne, externe ou aérienne mais avec les précautions requises car ce sont des molécules actives très puissantes. Dans cette formation très complète, vous apprendrez leur fabrication, leur mode d'utilisation et leurs indications.

### 1. Introduction

Origine et Histoire des huiles essentielles

### 2. Nature et méthodes de fabrication des huiles essentielles

- Evolution de l'extraction vers la distillation, les plantes aromatiques et l'essence
- Chémotype et obtention des huiles essentielles

### 3. Les différents modes d'utilisation et leurs indications

### 4. Anatomie et physiologie du système olfactif

### 5. Protocole et règles d'utilisation

- Protocole pratique de prévention et d'accompagnement
- Synergies

### 6. Les hydrolats

- Les hydrolats aromatiques
- Les principaux hydrolats aromatiques

### 7. Les huiles essentielles par systèmes

- HE du système nerveux
- HE du système cutané
- HE du système digestif
- HE du système hormonal
- HE du système ostéo-articulaire
- HE du système respiratoire
- HE du système immunitaire

### 8. Les huiles essentielles pour femmes enceintes, les bébés et les enfants

- Les huiles essentielles pour femmes enceintes et bébés
- les huiles essentielles pour enfants (de 3 à 6 ans)

### 9. Les huiles essentielles en cosmétique naturelle

### 10. QUIZ final

## PROGRAMME ET DÉROULÉ DE LA FORMATION

### Module 5 : FLEURS de BACH - 25 heures

Être capable de choisir pour votre entourage ou votre clientèle un remède correspondant à un état émotionnel déséquilibré, une circonstance de vie difficile ou à un état d'esprit. **Les élixirs floraux** nous rendent plus conscients de nos choix de vie et de leurs conséquences et permettent ainsi la libération de nos blocages émotionnels.

1. **Philosophie et travaux du Dr Bach**
2. **Posologie et utilisation des Fleurs de Bach**
3. **Les 7 domaines émotionnels**
4. **Les 38 Remèdes**
5. **Fleurs de Bach pour enfants ou adolescents**
6. **Fleurs de Bach pour animaux**
7. **Accompagnement des addictions**
8. **L'entretien**
  - Mener un entretien en fleurs de Bach
  - Ecoute et bienveillance.
  - Gestion de l'expression et la conscience de ses émotions
9. **QUIZ final**

### Module 6 : LITHOTHÉRAPIE - 25 heures

**La Lithothérapie** est une médecine douce et naturelle reposant sur l'utilisation de l'énergie des pierres pour harmoniser et rééquilibrer l'organisme. **Les pierres et les cristaux** possèdent des vibrations et des vertus qui aident à débloquent des tensions psychiques ou physiques.

1. **Introduction et Déontologie**
2. **Histoire, composition des minéraux et échelle de Mohs**
3. **Nettoyer, purifier et recharger les pierres**
4. **Les 20 pierres incontournables, leurs vertus et leur intérêt en Naturopathie**
  - Agate, Aigue marine, Améthyste
  - Aventurine verte, Célestine, Citrine
  - Cornaline, Cristal de Roche, Fluorite
  - Hématite, Jaspe rouge, Labradorite
  - Lapis lazuli, Malachite, l'oeil de tigre
  - Quartz rose, sélénite, Sodalite
  - Tourmaline noire, Turquoise
  - BONUS : l'Oeil de Ste Lucie
5. **Les Élixirs de cristaux**
  - Posologie et utilisation
  - Troubles du sommeil, inter-saison
6. **Radiesthésie et Pendule**
7. **Les 7 chakras et les pierres correspondantes**
8. **Les signes astrologiques et les pierres correspondantes**
9. **QUIZ final**

# PROGRAMME ET DÉROULÉ DE LA FORMATION

## Module 7 : APITHERAPIE - 40 heures

**L'apithérapie** consiste à soigner avec les **produits de la ruche** pour le bien-être et la beauté. Miel, Pollen, Propolis, Gelée Royale et Cire, les abeilles produisent des trésors de santé utilisés depuis des millénaires. Apprenez quel produit de la ruche utiliser et quand, ainsi que les synergies avec l'aromathérapie, ou encore la phytothérapie.

1. **Introduction et Histoire**
2. **L'abeille et son milieu**
3. **Les produits de la ruche :**
  - le miel,
  - la propolis,
  - la gelée royale,
  - le pollen
4. **La cire**
5. **Les synergies :** Apithérapie et soins naturels
6. **Apithérapie en accompagnement des différents troubles**
7. **Cosmétique naturelle :** recettes et utilisation des produits de la ruche
8. **QUIZ**

## Module 8 : SOPHRO-RELAXATION - 25 heures

**La sophro-relaxation** est une méthode de détente corporelle, émotionnelle et mentale unissant des techniques de **relaxation** et de **sophrologie** de base. Cette initiation vous permettra de comprendre les mécanismes du stress, son impact sur la santé, et d'acquérir des outils en matière de gestion du stress.

1. **Gestion du Stress**
  - Origines et définition
  - Symptômes, formes et phases du stress
  - Facteurs et causes du stress
2. **Relaxation**
  - Les bienfaits de la relaxation
  - Les différentes techniques (techniques de libération du stress, des émotions toxiques avec des exercices adaptés)
3. **Cohérence cardiaque ou la puissance du lien entre cœur et cerveau**
  - Techniques respiratoires spécifiques et instantanément efficaces.
  - Exercices ou Stages pratiques.
4. **Initiation à la SOPHROLOGIE**
  - Étymologie et lexique
  - Origines
  - Les 4 premiers degrés fondamentaux
  - Déroulement sophronisation de base
5. **Le Sommeil :**
  - Identifier et comprendre les troubles du sommeil
  - Retrouver un sommeil réparateur et bénéfique
6. **La préparation mentale**
7. **QUIZ**



## PROGRAMME ET DÉROULÉ DE LA FORMATION

### Module 9 : Les Fondamentaux de la COMMUNICATION - 20 heures

Cette formation vous permet de couvrir des aspects clés de la **communication, du dialogue et de l'écoute** tout en offrant des sessions pratiques pour renforcer ces compétences. Vous pourrez ainsi identifier vos potentiels dans la relation à l'autre afin de créer un vrai dialogue.

#### 1 Introduction : Les bases de la communication

#### 2. Les Fondements du Dialogue

- Importance du dialogue dans la communication
- Types de dialogues et leur impact

#### 3. La Communication Non-Verbale

#### 4. Pratiques d'Écoute Active

#### 5. Communication Verbale Efficace

- Techniques de communication verbale claire et concise
- Exercices de communication verbale

#### 6. Gestion des Conflits et Négociation

- Stratégies pour gérer les conflits
- Méthodes de négociation efficace

#### 7. Relation Praticien - Client

- Établir la confiance et créer des liens
- Méthodologie de questionnement

#### 8. QUIZ

### Module 10: INITIATION à la PSYCHOLOGIE POSITIVE - 20 heures

Cette initiation offre une vue d'ensemble des **principes fondamentaux de la psychologie positive** et propose un programme pour vous aider à appliquer ces concepts dans leur vie personnelle et professionnelle. Il met l'accent sur des aspects clés tels que le **bonheur, la gratitude, les relations positives et la résilience**, tout en vous permettant de développer un plan d'action concret pour intégrer ces notions dans votre pratique de Conseiller en Naturopathie

#### 1. Introduction à la Psychologie Positive

#### 2. Les Fondements de l'Épanouissement Personnel

- Le Bonheur et le Bien-être
- Gratitude et Positivité

#### 3. Applications Pratiques de la Psychologie Positive

- Les Relations et la Communication Positives
- Optimisme et Résilience

#### 4. Plan d'Action

- Synthèse et Perspectives
- Élaboration d'un Plan d'Action Individuel

#### 5. QUIZ

## PROGRAMME ET DÉROULÉ DE LA FORMATION

### Module 11 : La Naturopathie – les FONDAMENTAUX - 15 heures

Reconnue par l'OMS (Organisation mondiale de la Santé) comme étant la 3<sup>e</sup> médecine traditionnelle, aux côtés de la Médecine Traditionnelle Chinoise et de la Médecine Ayurvédique, la **Naturothérapie est une médecine holistique**, qui prend en considération tous les aspects de la personne et cherche à agir, non pas sur le symptôme, mais sur la cause.

Médecine avant tout préventive, la **Naturopathie** vise à maintenir et/ou rétablir la santé par des moyens naturels.

#### 1. Définition et Histoire

#### 2. Les grands principes de la Naturopathie :

- « Primum non nocere » : D'abord, ne pas nuire.
- « Tolle causam » : Identifier et traiter la cause.
- « Vis medicatrix naturae » : La nature est guérisseuse.
- « Docere » : Enseigner.

#### 3. Les 5 principes fondamentaux de la Naturopathie :

- Le Vitalisme
- L'Humorisme
- Le Causalisme
- L'Hygiénisme
- Le Holisme

#### 4. Déontologie

#### 5. Construire une consultation naturopathique :

Le Bilan d'hygiène vitale

### Module 12: INSTALLATION PROFESSIONNELLE - 35 heures

**Amanaé Formation** vous accompagne dans votre installation professionnelle en tant que futur praticien ou thérapeute. Créer, gérer et développer une activité professionnelle est une démarche assez simple, qui nécessite de respecter toutefois certaines procédures. Dans ce module, vous bénéficierez de conseils juridiques et en développement afin de vous installer au mieux en tant que professionnel.

#### 1. Démarches administratives, statuts

#### 2. Comptabilité et fiscalité

#### 3. Assurances et protection sociale

#### 4. Déontologie

#### 5. Gestion et Management

#### 6. Module 6 : Communication orale et écrite

#### 7. Utilisation du web et des réseaux sociaux

#### 8. QUIZ

### Module 13: TRAVAUX DIRIGÉS + travail personnel - 75 heures

#### EXAMEN FINAL :

La certification prend en compte les évaluations de l'ensemble de la formation :

- L'assiduité : il faut avoir 70% aux quiz
- Une validation du travail de recherche (travaux dirigés)
- Une note pour le cas pratique écrit final : 1 heure en visio avec la directrice