

TOUTES LES FORMATIONS AUDIOS

« *Les sept meilleurs docteurs se nomment : Soleil, Eau, Air, Aliment, Exercice, Philosophie et Spiritualité* »

alsacenatur.com



. Stages de base

- . Approche psychobiologique de la maladie PARTIE 1 et 2 (2x15h). Tarif : 2x 180€ = 360€
- . Partie 3 : Psycho généalogie – Les abus – les actes symbolique (3x 7h : 21h : 180€)

. **DECODER LE SENS DE NOS « MAL-A-DIT »**

. **PSYCHOBIOLOGIE ET GENEALOGIE**

« Toute répression aveugle des symptômes est contraire à la nature et à la guérison » A Schweizer



Et si nos symptômes n'étaient que la conséquence de nos histoires conflictuelles ? Et si la maladie n'était qu'une réaction d'adaptation à une situation émotionnelle inachevée ? Quels liens existent-ils concrètement entre notre corps physique, psychique et émotionnel ? Comment la vie de nos ancêtres peut-elle influencer sur notre santé d'aujourd'hui ?

D'ennemi qu'il faut combattre, la maladie devient un outil chargé de sens dont la compréhension peut nous aider à accéder à nos problématiques inconscientes pour pouvoir nous en libérer et nous conduire ainsi vers la guérison.

Les bases et les cures de la Naturopathie

15h : 180€



„La maladie est l'effort que fait le corps pour s'auto-guérir“ (PV Marchessau)

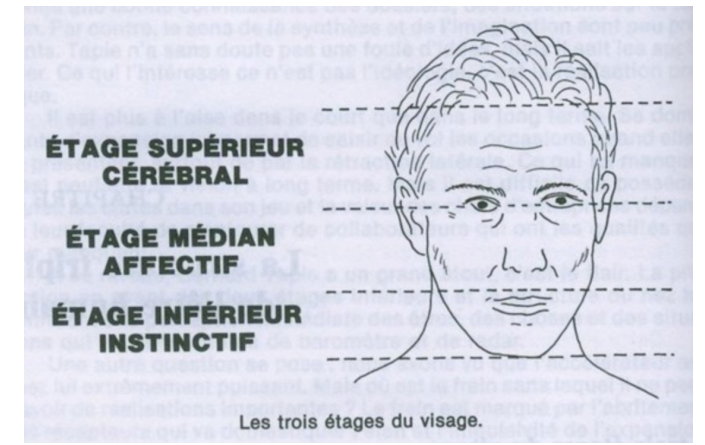
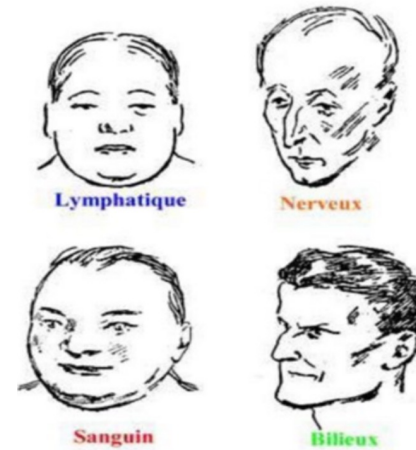
Les racines d'une médecine de terrain : Les fondements de l'**hygiène vitale** -Comment se forment les toxines- Le **Vitalisme** et **Energie vitale** - Principe d'**auto-guérison** - **Les techniques de santé naturelles ...**

Les lois biologiques et les facteurs naturels de santé : Comment aborder la maladie? Quel est le mode de vie spécifique de l'homme? Quelle hygiène de vie pour une santé optimale? Quelles sont les causes du déséquilibre organique ?

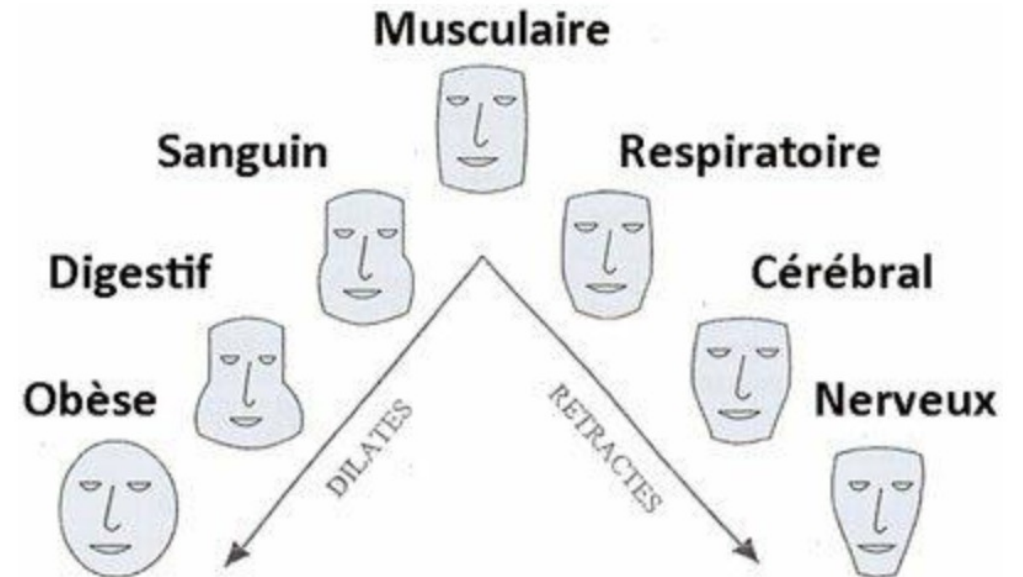
Les cures de la naturopathie: -Cure de Désintoxication – Revitalisation - Comment mettre en place les cures naturopathiques ?...Vivre selon les principes de la naturopathie

MORPHO-BIO-PSYCHOLOGIE

EVALUER LE TEMPERAMENT ET LA VITALITE



- Les lois de la morphologie appliquées à l'analyse du tempérament
- Les étages du visage : interprétation
- Les différentes typologies (De Hippocrate à Marchesseau)
- Quelle hygiène de vie en fonction de son tempérament ?
- Les signes de vitalité et leur interprétation
- Réaliser un bilan morphologique complet



15 h : 180€

NUTRITION: LES BASES DE L'HYGIENE ALIMENTAIRE

« Fais du bien à ton corps pour que ton âme ait envie d'y habiter »



9 VRAI-FAUX SUR L'ALIMENTATION



VRAI **OU** **FAUX** ?



Sommes-nous frugivore-carnivore-omnivore... ? Faut-il manger avec ou sans laitage ? Peut-on consommer des **céréales et légumineuses sans soucis** ? **Protéines** végétales ou animales : quelles différences ? Les fruits sont-ils vraiment nécessaires ? Tous les **sucres** se valent-ils ? Oméga 3,6,9 les **huiles** végétales sont-elles toutes bonnes ? Les **graisses** animales sont-elles si gênantes ? Le **soja** adapté pour l'homme ? **Longévité** et alimentation.... (15h- 180€)

LES MALADIES METABOLIQUES

INSULINE , HYPERTENSION , SURPOIDS,

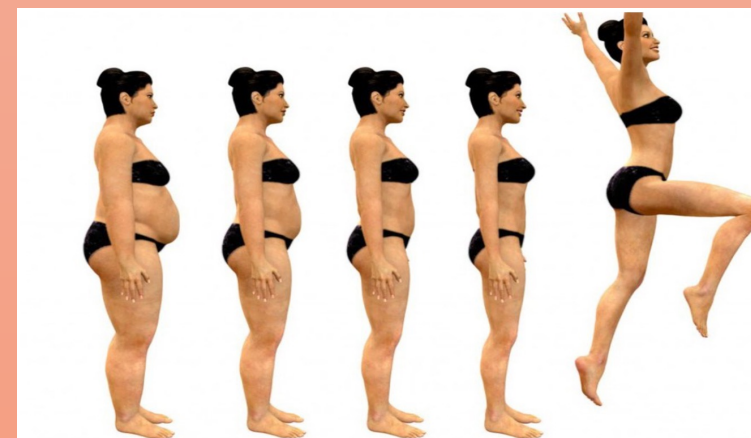
(15h: 180€)

PROGRAMME

1. le surpoids et le syndrome métabolique : causes et conséquences
2. L'erreur de la théorie des calories et des graisses
3. Le fructose et la stéatose hépatique (Foie gras)
4. Microbiote et obésité
5. Le cholestérol et triglycérides : véritables influences santé
6. Le métabolisme de la prise et perte de poids
7. Les solutions : protocoles pour rendre réversible le syndrome métabolique ou l'empêché de se manifester



+ **DECODAGE BIOLOGIQUE DU SURPOIDS ET TROUBLES ALIMENTAIRES**
PROGRAMMER LA MINCEUR (7h: 90€)



PACK : PHYTOTHERAPIE + AROMATHERAPIE + FLEURS DE BACH

3 STAGES (35h de cours) pour 260 €

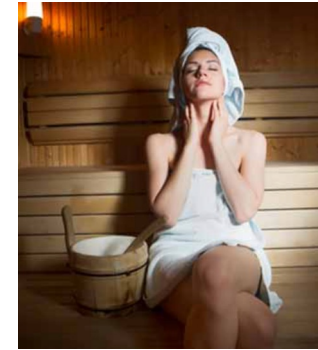


Comment agissent les plantes ? Les règles d'utilisation des plantes médicinales - Les différentes familles de plantes (purgatives, diurétiques, hépato-biliaires, circulatoires, immunitaires, antispasmodiques, adaptogènes, expectorantes...) et leur utilisation spécifique - Comparaison plantes et médicaments - Plantes terrains et tempéraments - les complexes de plantes et leur utilisation dans les cures naturopathiques - **AROMATHÉRAPIE INTÉGRÉE À LA NATUROPATHIE**

Derrière toute maladie, il y a nos craintes, nos anxiétés, notre avidité, nos goûts et nos répugnances. Cherchons-les, soignons-les, et avec leur guérison s'en ira la maladie dont nous souffrons" disait le Dr Bach

HYDROTHERAPIE – HORMESE – Héliothérapie et Earthing

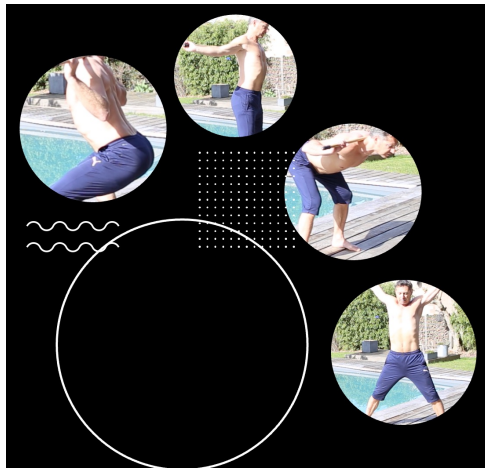
- **1-HYDROTHERAPIE : L'EAU PAR VOIE EXTERNE ET VOIE INTERNE**
- - HISTORIQUE D'UNE TECHNIQUE NATURELLE DE SANTÉ ANCESTRALE
- COMMENT AGIT L'EAU DANS LES BAINS EXTERNES - LES RÈGLES D'APPLICATION
- TENIR COMPTE DE LA VITALITÉ ET DES CAPACITÉS RÉACTIONNELLES INDIVIDUELLES
- LES APPLICATIONS FROIDES – LES CURES KNEIPP : LES ABLUTIONS, DOUCHES, BAIN COMPLET, BAIN DÉRIVATIF, BAIN DE SIÈGE, BAIN DE MER, ENVELOPPEMENTS....
- LES APPLICATIONS CHAUDES- EFFETS-RÈGLES ET TECHNIQUES : CATAPLASMES, BAIN SUPER CALORIQUE, SAUNA, ENVELOPPEMENT CHAUD, HAMMAM...
- COMMENT AGIT L'EAU PAR VOIE INTERNE - LES DIFFÉRENTES APPLICATIONS INTERNES : HYDROTHERAPIE DU COLON, LAVEMENTS, LAVAGES LOCAUX...
- QUELLE EAU BOIRE? - CARACTÉRISTIQUES BIOÉLECTRONIQUES DE L'EAU ...
- **2- HELIOTHERAPIE : EFFETS DU SOLEIL SUR NOTRE SANTÉ ET RÈGLES D'APPLICATIONS**
- **3- HEARTHING : IONISATION ET VITALISATION PAR LA TERRE**
- **4- L'HORMESE ET SES PRINCIPES**



Mouvement et sante

Approche naturopathique de l'exercice physique

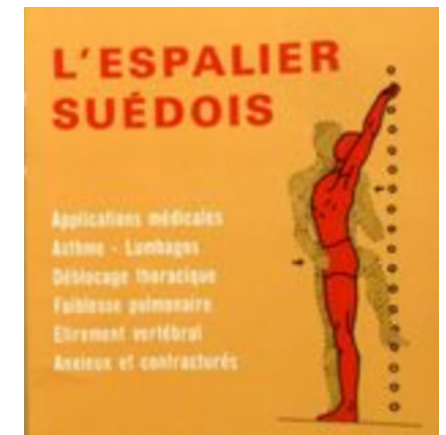
« L'homme a inventé les diligences mais il a perdu l'usage de ses pieds » Emerson



NUTRITION ET COMPLEMENTATION DU SPORTIF



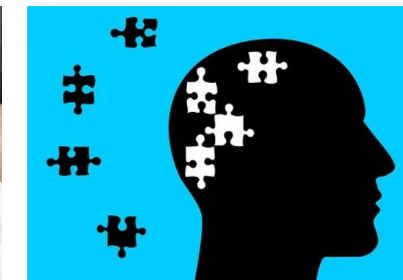
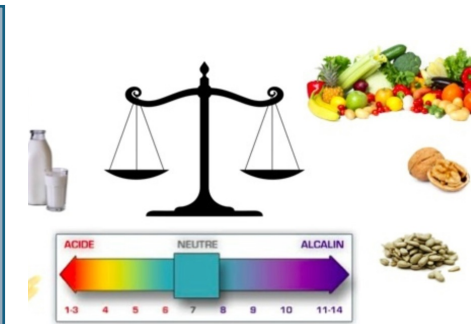
Le sport pour maigrir :
Mythe ou réalité



LES STAGES SUR LES SYSTÈMES ET LES MALADIES

APPROCHE PSYCHOBIOLOGIQUE ET NATUROPATHIQUE :

- DU SYSTÈME IMMUNITAIRE ET MALADIES INFECTIEUSES
- DES TROUBLES DU SYSTÈME DIGESTIF
- DES MALADIES DU SYSTÈME CIRCULATOIRE ET CHOLESTÉROL
- DES TROUBLES DU SYSTÈME CUTANÉ ET LES ALLERGIES
- DES TROUBLES DES MALADIES DU SYSTÈME OSTÉO-MUSCULAIRE
- DES TROUBLES DU SYSTÈME RÉNAL ET L'ÉQUILIBRE ACIDO-BASIQUE
- DES TROUBLES DU SYSTÈME GÉNITAL - LA SEXUALITÉ POSITIVE
- DES TROUBLES DE L'ENFANT
- DES TROUBLES DU SYSTÈME HORMONAL ET DE LA DÉPRESSION

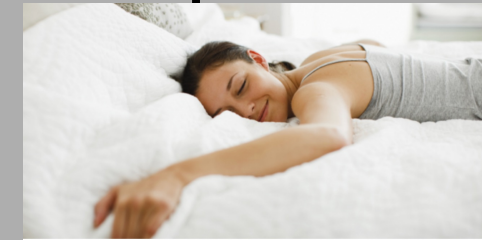


STAGES COMPLEMENTAIRES:



1 - CANCER : L'ACCOMPAGNEMENT GLOBAL NATUROPATHIQUE.
Prévenir, soutenir et accompagner les traitements. (4h - 60€)

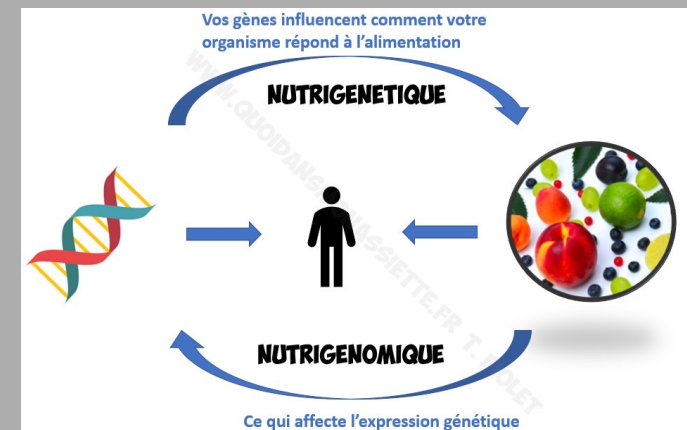
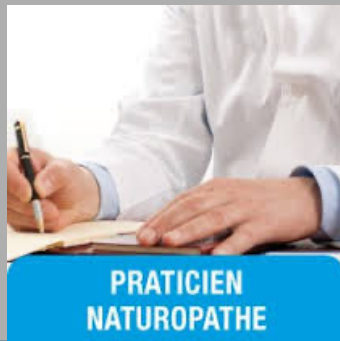
2 - RENAITRE AU SOMMEIL NATUREL : Comprendre les mécanismes et l'Importance vitale du sommeil. Rééducation au sommeil (8h: 95€)



3 - En finir avec le diabète de type 2 (7h30-90€)

4- La génomique nutritionnelle : S'alimenter en fonction de ses gènes (4h- 60€)

5- S'installer en naturopathie (3h30 / 50 €)



Grossesse- Accouchement naturel- allaitement (accompagnement global)

DECODAGE CONCEPTION /NAISSANCE.

THEMES ABORDES :

- La santé des géniteurs
 - Approche psychobiologique des troubles de la stérilité
 - Cycle féminin et contraception naturelle
 - La fécondation et les différentes étapes de la grossesse
 - Comment accompagner la grossesse en naturopathie mois par mois (nutrition, exercice, compléments, hydrothérapie...)

 - **Obstétrique** : Comparaison de l'accouchement naturel et de l'accouchement en milieu hospitalier. Faciliter l'accouchement et limiter l'interventionnisme
 - **Décodage psychobiologique** : Comment les conditions de notre conception, de la grossesse et de notre naissance influencent-elles notre personnalité, notre identité et nos programmations inconscientes ?
- Etude approfondie du « Projet-sens » : Les 27 mois autour de la naissance et le projet de vie.
- **L'Accueil** du nouveau-né - Attachement maternel - Allaitement et transition alimentaire- Eveil du nouveau-né



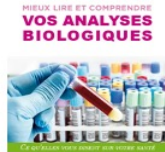
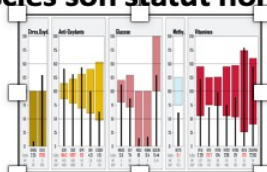
VIEILLIR EN BONNE SANTE

VIEILLISSEMENT
PROCESSUS ET SOLUTIONS



PROGRAMME

Connaissez-vous les véritables facteurs de longévité ? Les secrets des centenaires. Comment préserver son cerveau, ses muscles son statut hormonal... ?



Quels modes alimentaires sont les plus intéressants pour vieillir en santé ? Végétarien, paléo, cétogène méditerranéen..., viandes, légumes, fruits, jus, poissons, laitages ...quels impacts réels ? Quelle place pour le jeûne et les facteurs de croissance ?

Sarcopénie le nouveau mal du siècle?



Le statut nutritionnel : quels nutriments sont les plus importants pour agir sur le vieillissement ? Comment se compléter après 50 ans ?

Age chronologique et âge biologique : quel âge avons-nous vraiment ?

Les analyses sanguines et les tests psycho-physiques qui déterminent votre niveau de vieillissement

Prévenir et reverser Alzheimer et la sarcopénie : les protocoles qui changent tout

LA « MÉDECINE NATURELLE ANTI-ÂGE »

- LA NUTRITION APRES 50 ANS

PRÉVENIR ET INVERSER:

- LA DEGENERESCENCE COGNITIVE
- LA SARCOPENIE
- LA PRISE DE GRAISSE
- LE CHUTE HORMONALE

ET EVALUER SON ÂGE BIOLOGIQUE

7h 30 : 100€

