

## « Naturopathie au féminin »



### PRÉSENTATION DE LA FORMATION

Tout au long de leur vie, les femmes sont confrontées à des problématiques spécifiques. Elles peuvent être liées à leur anatomie à proprement parler, apparition des règles, éventuelles grossesses, ménopause, ou à des besoins qui relèvent davantage du bien-être : soins du corps et réduction du stress lié à la charge mentale. Ce qui est sûr, c'est que les femmes ont souvent, par la force des choses, une relation plus étroite avec leur corps et à son fonctionnement. Celui-ci reçoit un encadrement médical plus strict et systématique que le corps masculin.

Dans ce contexte, la naturopathie peut constituer une alliée précieuse. C'est une médecine douce, qui propose aux femmes un grand nombre de techniques qui peuvent les aider à s'approprier ou se réapproprier leur corps.

De plus, la naturopathie a une approche dite « holistique », ce qui signifie qu'elle ne distingue pas le corps de l'esprit et qu'elle considère que tout est lié. Ainsi, là où la médecine allopathique (celle qui est pratiquée par un généraliste, par exemple) recherche et traite des symptômes particuliers, la naturopathie considère le symptôme comme le signe d'un déséquilibre global.

Le naturopathe cherche comment ce déséquilibre est survenu et traitera la cause profonde. Vous verrez que cela passera autant par l'alimentation que par l'aide de plantes médicinales, ou encore des massages et des techniques de relaxation. La naturopathie se base sur l'un des principes d'Hippocrate, considéré en occident comme le père de la médecine : « *cherchez la cause et supprimez-la. Puis cherchez la cause de la cause et supprimez-la. Puis cherchez la cause de la cause de la cause et supprimez-la* ».

Le but de cette formation est donc de vous apprendre à connaître votre corps et à en prendre soin avec des moyens naturels. Pour cela, il ne suffit pas de bien connaître les herbes thérapeutiques, mais d'analyser en profondeur votre rapport à votre anatomie et d'apprendre à faire des liens de cause à effet. Vous avez un cycle irrégulier ? Avez-vous pensé que cela est peut-être dû à un excès de stress ou à une mauvaise alimentation ? De même, un teint brouillé peut être lié à un excès de fatigue ou à des repas trop chargés en mauvaises graisses.

Document actualisé le 01/03/2023

Avec la naturopathie, vous vous approprierez toute une gymnastique de l'esprit qui consiste à comprendre votre fonctionnement et à identifier les techniques de soins naturels qui vous correspondent le mieux. L'idée n'est pas, bien sûr, de contourner la médecine traditionnelle, mais de devenir plus autonome dans votre rapport à votre corps et, surtout, de réduire la quantité de produits toxiques absorbés. Cette formation est destinée à toutes les personnes qui souhaitent mieux se connaître et avoir les clés d'un mode de vie sain.

## Public :

Tout public

## Prérequis :

Aucun

## Durée de formation :

12 heures

## Inscription :

Pour toute demande d'inscription, veuillez nous contacter au + 33 1 87 20 06 98 ou par email : [equipepedagogique@elearningformalis.fr](mailto:equipepedagogique@elearningformalis.fr)

## Objectifs :

Acquérir et maîtriser les notions fondamentales de la naturopathie appliquée aux maux quotidiens des femmes

## Moyen et modalité :

FOAD

Alternance de théorie et de cas pratiques

## Moyens Techniques :

- 3 modules au format PDF ;
- 3 fichiers audio au format mp3 ;

Document actualisé le 01/03/2023

### Adaptation et suivi de la formation :

Un suivi de la formation et accompagnement seront réalisés tout au long de la formation. La formation pourra être adaptée pour palier à des difficultés majeures rencontrées par l'apprenant.

### Évaluation de parcours :

Le contrôle de connaissances permettant de vérifier le niveau de connaissances acquis par les Stagiaires est effectué selon les modalités suivantes :

Exercices pratiques au cours des modules  
Questionnaires d'évaluation des connaissances en fin de module  
Examen final sous forme de QCM

### Délai d'accès :

Un délai minimum et incompressible de 24 heures entre l'inscription et l'accès à la formation est appliqué.

### Handicap :

Toutes les formations dispensées à FORMALIS sont accessibles aux personnes en situation de handicap. Lors de l'inscription à nos formations, nous étudions avec le candidat en situation de handicap et à travers un questionnaire les actions que nous pouvons mettre en place pour favoriser son apprentissage. Pour cela, nous pouvons également nous appuyer sur un réseau de partenaires nationaux préalablement identifiés.

Coordonnées des partenaires handicap :

#### **AGEFIPH**

Bastien GIESBERGER M'Ballo SECK

Contact mail uniquement

[rhf-idf@agefiph.asso.fr](mailto:rhf-idf@agefiph.asso.fr)

#### **MDPH**

MDPH 75 de Paris 69 rue de la Victoire 75009 Paris

0 805 800 909

[contact@mdph.paris.fr](mailto:contact@mdph.paris.fr)

### Évaluation du besoin :

Un questionnaire sera proposé pour analyser l'adéquation du besoin de formation avec les formations dispensées.

### Le Prix :

99 €

Document actualisé le 01/03/2023

**Contact :**

MARIN JONES Harriet  
equipepedagogique@elearningformalis.fr  
+ 33 1 87 20 06 98

**« Naturopathie au féminin »**

**PROGRAMME DE FORMATION DETAILLE**

**MODULE 1 : Introduction**

**Durée :** 4 heures

**Objectif :** Connaître les principales techniques naturopathiques et les spécificités des corps féminins

Chapitre 1 : Pourquoi les personnes possédant une anatomie féminine doivent adopter une approche spécifique ?

Chapitre 2 : De la sorcière à la sage-femme : les soins du corps féminin à travers les âges

...

Évaluation Module 1

**MODULE 2 : Naturopathie et problématiques liées à l'appareil reproducteur féminin**

**Durée :** 4 heures

**Objectif :** Comprendre le rapport qu'ont les personnes de sexe féminin avec la santé de leur appareil reproductif

Chapitre 1 : La naturopathie en complément de la gynécologie traditionnelle

Chapitre 2 : Féminité et perception du corps au XXI<sup>e</sup> siècle

Chapitre 3 : La naturopathie, l'alliée des anatomies féminines

...

Évaluation Module 2

**MODULE 3 : Naturopathie et soins du corps féminin**

**Durée :** 4 heures

**Objectif :** Maîtriser les soins esthétiques pour les corps féminins

Chapitre 1 : La naturopathie pour appréhender une autre conception de la beauté

Chapitre 2 : Naturopathie et beauté : l'importance du corps et de l'esprit

Chapitre 3 : Techniques de naturopathie pour soigner et embellir son corps

...

Évaluation Module 3

Document actualisé le 01/03/2023