

Module 1 : Fondements de la naturopathie holistique et hygiène vitale

Description/Définition

Ce module pose les bases de ce qu'est la naturopathie holistique et les fondements sur lesquels elle s'appuie : la compréhension des lois de la Nature à l'œuvre dans l'humain et son environnement, et leur respect pour favoriser la santé et soutenir l'auto-guérison. Il propose d'élargir notre vision pour accéder à une vision globale de l'être, garante d'une prise en compte de toutes les dimensions impliquées dans la santé (dimensions physique, énergétique, émotionnelle, mentale, transpersonnelle, environnementale).

En grande partie axé sur la compréhension de la santé holistique, il approfondit également des aspects pratiques d'hygiène de vie, qui donneront des outils immédiatement applicables.

Pré-requis/Public

Aucun. Ce module de base s'adresse aux personnes en formation en naturopathie holistique, aux thérapeutes souhaitant approfondir leur compréhension de la santé holistique et acquérir des outils d'accompagnement simples pour offrir à leurs client-e-s des clés qu'ils pourront appliquer dans leur quotidien ainsi qu'à toute personne intéressée par la compréhension de la santé globale.

Objectifs du cours

Comprendre la dimension globale de la santé
Développer l'approche globale de l'humain et de sa santé
Maîtriser les outils préventifs de la naturopathie

Contenu

Introduction au cursus de naturopathie, définition de la santé et de la naturopathie
Origines et histoire de la naturopathie : les différentes médecines traditionnelles, les différents courants naturopathiques
Distinction entre médecine allopathique / médecine douce / naturopathie holistique

Les 5 concepts clés :

- Holisme
- Causalisme
- Vitalisme
- Humorisme
- Hygiénisme

Les 5 rôles du naturopathe

Hygiène vitale de la femme enceinte

Hygiène vitale de l'enfant

Hygiène vitale des séniors.

Durée

Le cursus complet de formation en naturopathie comprend 52,5 heures (7 jours) de fondements et d'hygiène vitale.