



# Programme détaillé de la formation du naturopathe holistique

## ◇ Les objectifs de la formation

La formation en naturopathie holistique a pour objectif que l'étudiant soit capable de mobiliser ses connaissances en anatomie physiologie, en techniques naturopathiques et en hygiène vitale ainsi que ses compétences dans l'accueil et le conseil à son client.

Le naturopathe holistique dispense des conseils en hygiène de vie, qui diffèrent de l'exercice illégal de la médecine tel que défini par l'article L 378 du Code de la santé publique, en ce sens qu'il ne pose pas de diagnostic et ne prescrit pas de traitement. Son rôle consiste à conseiller une hygiène de vie naturelle aux personnes qui recourent à ses services.

Compétences techniques naturopathiques	Compétences globales au métier d'accompagnement
Etre capable de mobiliser les connaissances scientifiques fondamentales nécessaires au métier de Naturopathie holistique.	Etre capable de mobiliser les connaissances techniques relatives au bilan vital
Etre capable de mobiliser les connaissances scientifiques relatives à l'anatomie humaine	Etre capable de mobiliser les connaissances relatives à la législation
Etre capable de mobiliser les connaissances scientifiques relatives à l'hygiène vitale	Etre capable d'accueillir et mettre à l'aise le client
Etre capable de mobiliser les connaissances scientifiques relatives à la philosophie vitaliste	Maîtriser la conduite de la relation attentive, empathique et respectueuse
Etre capable de mobiliser les connaissances dans les techniques naturopathiques.	Etre capable d'anticiper des réceptivités d'individus à des techniques de naturopathie et sélectionner les techniques les plus adaptées (individualisation)
	Etre capable de mobiliser ses connaissances pour communiquer sur les réseaux sociaux et en intervention pour présenter la naturopathie.



## ◇ Contenu de la formation

La formation est articulée autour de 25 modules théoriques à télécharger sur le site, à son rythme, et à travailler chez soi. Pour chacun des modules, un devoir de dix questions de réflexion et mises en situation est demandé, qui est envoyé à son Directeur d'antenne. Celui-ci fait un retour personnalisé dans les cinq jours.

Tout au long de la formation, qui est fixée à un délai maximum de 30 mois, sont organisés 10 journées de stage en présentiel (ou en visio lorsque les conditions particulières sont réunies).

Lorsqu'il le souhaite, l'étudiant peut également commencer à travailler sur le Pack Pratique Pro qui va le former à la pratique du métier : entraînements à communiquer, réflexion critique, module sur la posture de l'accompagnant et module sur l'installation.

## ◇ Pré-requis

La formation est ouverte à toute personne de plus de 25 ans titulaire d'un Bac ou d'un équivalent.

## ◇ Niveau de formation

La formation forme les étudiants du niveau Bac (niveau 4) au niveau Bac+2 (niveau 5).

## ◇ Modalités d'inscription

L'étudiant peut débiter la formation à tout moment de l'année, il s'agit d'une formation à entrée permanente.

Pour s'inscrire, l'étudiant imprime le dossier de demande d'inscription, qui comprends un questionnaire pour permettre d'évaluer l'adéquation entre ses besoins de formation et le contenu et modalités de la formation.

Il adresse ce dossier au Directeur d'antenne de son secteur géographique. Celui-ci lui propose un entretien téléphonique. Lorsque les prérequis ne sont pas remplis, le Directeur d'antenne demande la rédaction d'une lettre de motivation. S'il s'avère, après les échanges téléphoniques ou par mail, que les besoins de l'étudiant correspondent bien à la formation, la Direction de l'école adresse un contrat de formation. L'étudiant renvoie ce contrat rempli et peut alors accéder au paiement des frais d'inscription et à l'achat des modules, les uns après les autres sur le site [www.ecole-synergie.fr](http://www.ecole-synergie.fr)

En cas de situation de handicap, un échange est proposé entre l'étudiant, le Directeur d'antenne et la Référente Handicap de l'école (la Directrice Corinne Dewandre) pour évaluer les besoins en aménagement éventuels et la pertinence d'entrer en lien avec les ressources des formations pour les cas de handicap.



Le Directeur d'antenne restera le référent continu de l'étudiant, l'accompagnera par le biais de la correction des devoirs, lui adressera les dates, horaires et lieux des stages en présentiel et le guidera dans la poursuite de son travail concernant le Pack Pratique Pro.

### ◇ **Durée de la formation**

La durée de la formation est fixée à 24 mois. Les étudiants peuvent valider l'ensemble des connaissances et compétences sur une durée plus courte. S'ils rencontrent un besoin particulier d'allongement de temps de formation pour des raisons personnelles (financières, familiales, professionnelles), ils en avertissent leur Directeur d'antenne et refont régulièrement le point sur le retour à la formation.

### ◇ **La répartition de la formation en termes de durée**

25 modules théoriques à travailler par correspondance : modules de techniques naturopathiques et d'anatomie/physiologie = 750 heures de travail personnel en moyenne.

10 journées de stages en présentiel = heures de travail en présentiel et 15 heures d'exercices sur ces stages.

Pack de préparation à l'examen  
Pack pratique Pro  
300 heures de travail personnel  
Total de la formation 1200 heures

Possibilité de travailler ensuite un ou plusieurs modules du Pack d'approfondissement, qui couvre six modules supplémentaires de spécialisation.

### ◇ **Ordre chronologique des modules**

Pour des raisons pédagogiques, les modules sont proposés dans un ordre chronologique précis. L'élève s'engage à respecter cet ordre lors de l'achat des modules de formation. Pour plus de facilité, les modules sont numérotés et classés dans l'ordre à respecter par l'élève sur le site de son antenne ou le site [www.ecole-synergie.fr](http://www.ecole-synergie.fr)

### ◇ **Stages obligatoires**

Les stages sont de 6h par jour. Un livret papier couleur est fourni, avec une base théorique mais essentiellement des exercices. Les stages se suivent en présentiel avec son Directeur d'antenne.

Certains stages sont obligatoires (sur 10 journées) et d'autres facultatifs :

	STAGES	CONTENU
Journée 1	Consultation niveau 1	Posture du naturopathe, écoute, entraînement à l'écoute, déroulement de la consultation



		Construction du questionnaire, entraînement à présenter la naturopathie, les techniques, étude de la grille d'évaluation de l'examen, préparation à l'examen
Journée 2	Consultation niveau 2	
Journée 3	Fleurs de Bach jour 1	Présentation du Dr Bach, de sa méthode et apprentissage des 38 fleurs avec exercices.
Journée 4	Fleurs de Bach jour 2	
Journée 5	Technique de bilan	4 journées sur les techniques de bilan : Bilan Oriental et Morphotypologie, Iridologie.
Journée 6	Technique de bilan	
Journée 7	Technique de bilan	
Journée 8	Technique de bilan	
Journée 9	Hygiène alimentaire et intestinale	Fonctionnement système digestif, exercices et ateliers.
Journée 10	Hygiène alimentaire et intestinale	
Plusieurs stages facultatifs en présentiel dans l'antenne avec son DA à 90 euros la journée avec livret papier		
Phytologie au sens large, organisé au choix du Directeur d'antenne	Huiles Essentielles Bourgeons Phytologie	
Facultatif en présentiel ou visio avec tout DA à 90€ en présentiel avec livret papier ou 70€ visio avec livret pdf		
Tout stage de 6h ou classe de 3h sur les sujets connexes à la naturopathe	Stages pouvant être différents selon chaque antenne.	Chaque étudiant pourra suivre tous les stages facultatifs en visio partout en France.

## ◇ Les moyens techniques et pédagogiques

La formation en naturopathie holistique à distance et par stages.

Le site internet [www.ecole-synergie.fr](http://www.ecole-synergie.fr) permet aux étudiants de payer leurs frais d'inscription et d'acheter les 25 modules théoriques à distance.

Dès l'acceptation du paiement de ses frais d'inscription, l'étudiant reçoit un document de bienvenue contenant des consignes pour travailler les modules et les devoirs.

Le matériel nécessaire aux stages pratiques est fourni par l'organisme de formation, sous forme de livrets imprimés.

Les moyens pédagogiques :

Les modules de l'enseignement ont été constitués et rédigés par Monsieur Bertrand Boisson, Fondateur de l'école, Docteur en pharmacie et naturopathe, et par sa Directrice Corinne Dewandre, naturopathe, sous le regard d'un comité scientifique constitué d'anciens étudiants de formation scientifique et de consultants extérieurs.



Le nombre de pages du support de cours est variable selon les modules (20 à 60 pages). Avec chaque module de cours, une bibliographie et des supports vidéo sont proposés pour permettre aux étudiants d'approfondir leurs recherches et leur compréhension. Le support de cours de chaque module est une base qui sert à l'étudiant pour le guider dans ses recherches. Il est donc recommandé d'approfondir les thèmes en s'aidant de livres ou de sites internet, car c'est ce que l'étudiant devra toujours faire pour pratiquer la Naturopathie.

Chaque module est accompagné d'un devoir de 8 à 10 questions, que l'étudiant travaille à son rythme.

Stages pratiques en présentiel : un support de cours théorique est remis le jour même à l'élève. Ces stages consistent essentiellement en des exercices pratiques sous la supervision du formateur.

Pour permettre aux étudiants de se rencontrer, des journées de rencontre et partage sont organisées chaque année. C'est aussi l'occasion pour le formateur de revenir sur certains points du cours en fonction des demandes des participants et de communiquer sur l'actualité de l'organisme de formation. Les étudiants peuvent exprimer leurs ressentis sur la formation et exprimer leurs souhaits. Ces journées de rencontre et partages sont gratuites et facultatives.

Chaque année l'école organise en outre un séjour de « rencontres estivales » ou « rencontres automnales » de trois jours. Ces rencontres estivales proposent des conférences, ateliers pratiques et moments de convivialité permettant de créer un réseau parmi les étudiants, en vue de s'entraider lors de l'installation.

### ◇ **Évaluation des connaissances et compétences**

Evaluation des connaissances et compétences tout au long de la formation :

Pour chacun des 25 modules théoriques, un devoir est à rendre par l'élève. L'élève doit obtenir une note au moins égale à 12/20 pour valider un module et pouvoir commencer à travailler sur le suivant. L'élève travaille seul son module et lorsqu'il est prêt, il retourne son devoir, par mail, à son formateur qui lui adresse ensuite, par mail également, une correction personnalisée et sa note dans un délai de 5 jours ouvrés maximum.

Les devoirs sont notés, même si les notes sont davantage attribuées à titre indicatif puisqu'elles ne sont pas comptabilisées pour l'examen final. L'école ne demande pas que l'élève emmagasine les connaissances, mais plutôt qu'il apprenne à les présenter de façon compréhensible et utile aux personnes qui viendront le consulter, et qu'il soit capable de les organiser et les retrouver pour les proposer à ses futurs clients/consultants.

La grille de notation des devoirs retenue est la suivante :

- degré de réflexion et d'approfondissement ;
- degré de compréhension ;
- recul critique par rapport aux sources et avis divergents ;



- capacité à restituer les informations de façon claire et précise, dans une certaine concision, en général 3 à 8 pages. Ce n'est pas une obligation précise, plutôt un ordre d'idées. On peut être complet en étant plus concis, et c'est même un excellent exercice, car les consultations de naturopathe ne durent qu'une heure, aller à l'essentiel est un excellent entraînement.

- capacité à appliquer la démarche naturopathique aux cas pratiques ;

- degré de progression au fil de la formation ;

Un devoir qui est noté en dessous de 12 doit être représenté à nouveau (dans ce cas il est demandé de revoir certaines questions sans noter l'ensemble).

Le but de la notation est de favoriser la motivation à apprendre au mieux et d'encourager la confiance en soi et en ses capacités.

### ◇ **Le Pack Pratique Pro**

Ce pack forme les étudiants à l'installation, à la communication sur les réseaux sociaux. Un dossier libre de professionnalisation permet à l'étudiant de présenter une question de son choix en lien avec la naturopathie sous différentes formes (écrite, podcast, recette, article de journal...) Il est en outre demandé à l'étudiant le compte-rendu d'une intervention en milieu professionnel ou collectif afin de présenter la naturopathie holistique sous forme d'atelier ou de conférence.

L'étudiant est guidé tout au long de ce Pack Pratique Pro par son Directeur d'antenne et le travail effectué dans ce cadre est évalué en jury composé du Directeur d'antenne et de la Directrice de l'école, en se fondant sur une grille d'évaluation remise à l'étudiant lors du règlement du Pack Pratique Pro sur le site.

### ◇ **La préparation et l'examen final**

Lorsque l'étudiant a fini son cursus, il commence la préparation à l'examen. Cette préparation consiste à observer cinq examens (en visio) et à écouter le retour du jury. Les DA peuvent aussi prévoir des séances de discussion autour de ces examens dans un but pédagogique.

Avant de se présenter à l'examen, l'étudiant va soumettre à son Directeur d'antenne une série de comptes-rendus de consultation et un examen blanc pour s'entraîner avant de présenter l'examen final. Ce travail fait partie du Pack préparation à l'examen.

Tout au long de l'année, les examens sont organisés par les Directeurs d'antenne lorsque l'étudiant est prêt. Le Directeur d'antenne communique les dates d'examens aux étudiants.

L'examen consiste en un entretien de naturopathie en réel. De vrais clients sont recrutés pour l'occasion et soumettent leur problématique. L'étudiant qui présente son examen dispose d'une heure pour établir un bilan d'hygiène de vie, appliquer au moins une technique de bilan et proposer des conseils en hygiène de vie adaptés.



A l'issue de l'examen réussi, l'étudiant reçoit une attestation de Naturopathe holistique.

## ◇ **Le programme détaillé des modules de formation**

### **Les sources et principes de la naturopathie**

Histoire de la naturopathie selon les principaux auteurs : Hippocrate, Parascèle, Marchesseau, Steiner...

Présentation des différents courants sources de la naturopathie : médecine traditionnelle chinoise, chamanisme, essénien, médecine ayurvédique.

Le cadre juridique de l'exercice professionnel du naturopathe

### **Module bases scientifiques utiles pour le naturopathe**

Les bases scientifiques de la naturopathie : tour d'horizon sur les différentes composantes de l'être humain : atome, molécule, cellule, tissu, organe, système, interaction entre les systèmes.

Les notions de base utiles pour le naturopathe : pH, mitochondries, stress oxydatif, processus inflammatoire.

### **Module système urinaire et reproducteur**

Les reins : la structure, rôle et fonctionnement des reins. Définition, structure et fonctionnement de leur unité de base : le néphron.

L'hygiène de vie à adopter pour prendre soin de ses reins. Les reins et leur symbolique émotionnelle. Le système reproducteur masculin et féminin. Explication des moyens de contraception. Connaissances des problématiques possibles liées au système urinaire et reproducteur

### **Module système respiratoire**

Physiologie et mécanisme des mouvements respiratoires.

Physiologie des échanges respiratoires et transport de l'oxygène jusqu'à la cellule. Définition de l'unité de base de l'appareil respiratoire : l'alvéole pulmonaire.

Le rôle du sang dans la respiration. Connaissances des problématiques possibles liées au système respiratoire

### **Module système nerveux et organes des sens**

Description et fonctionnement de la cellule et de la fibre nerveuse. La composition et fonctionnement général du cerveau. Présentation du système nerveux et ses sous-systèmes. Explication du fonctionnement du sommeil et de son fragile équilibre.

Présentation et descriptif des organes des sens et fonctionnement sous un angle naturopathique.





### **Module système digestif**

Présentation générale du système digestif : bouche, estomac, intestin, foie, pancréas et rectum. Le mécanisme de la digestion et les phénomènes sécrétoires.

Présentation des enzymes et du catabolisme. Le système digestif et sa symbolique émotionnelle. Les troubles possibles de la digestion, le microbiote et les selles normales.

### **Module système endocrinien**

Définition et fonctionnement principal des glandes endocrines : hypophyse, thyroïde, parathyroïdes, pancréas, glandes surrénales, testicules et ovaires.

Définition des chakras et de leur correspondance avec les glandes endocrines.

### **Module système ostéo-musculaire**

Description du squelette et son rôle. Description des principaux muscles et leur fonctionnement. L'hygiène de vie à adopter pour prendre soin des os et des muscles. Le système ostéo-musculaire et sa symbolique émotionnelle.

### **Module système circulatoire**

Description du cœur et du système artériel et de leur fonctionnement Description et fonctionnement de la circulation veineuse La composition et le rôle du sang dans l'organisme. Description et fonctionnement du système lymphatique Le cœur et sa symbolique émotionnelle.

### **Module système immunitaire**

Description et fonctionnement du système immunitaire. Présentation du phénomène d'infection (phase d'incubation, d'invasion et phase d'état) et des dérèglements. Rôle et importance de la fièvre.

### **L'approche naturopathique**

Le raisonnement naturopathique : présentation des émonctoires et du drainage toxinique.

Le décodage biologique ou comment les émotions se manifestent dans le corps physique. La place essentielle de l'hygiène de vie. Explication des effets placebo et nocebo.

Présentations des besoins sur tous les plans et les réservoirs d'amour.

Rôle de l'esprit critique et de l'importance d'éviter tout dogme en tant que naturopathe.

### **Hydrologie**

Utilisation de l'eau en externe : méthode Kneipp, les bains super-caloriques : sauna/hammam et bains de Salmandov, méthode Gardelle. Utilisation de l'eau en interne : étude des différents types d'eau et leur utilisation.

### **Techniques respiratoires**

Présentation du bol d'air Jacquier et son utilisation.

Présentation des pranayamas et autres techniques respiratoires.

Présentation de la méthode Gesret





### **Actinologie (lumière et ondes)**

Bienfaits des fréquences vibratoires

Présentation et utilisation des pierres et cristaux

Présentation de la bonne utilisation du soleil. Présentation et utilisation de la musique.

Travaux de Mazaru Emoto sur la mémoire de l'eau. Explication des impacts des ondes électro-magnétiques et prévention.

### **Hygiène alimentaire**

Les aliments : lipides, glucides et protéines, vitamines, minéraux et l'importance de l'eau. Éviter les carences et surcharges. Présentation des différents régimes à proposer. L'alimentation selon les constitutions hippocratiques. Le jeûne : les différents types de jeûne, les bienfaits et les précautions à prendre.

### **Iridologie**

L'iridologie est une technique qui permet d'établir un bilan d'hygiène de vie grâce à l'analyse de l'iris de l'œil. Étude des couleurs et cercles de l'iris ainsi que de la taille de la pupille et leurs significations. Étude des marques de l'iris et leur signification. La méthode d'étude iridologique et cas pratiques.

### **Phytologie**

Histoire et évolution botanique. Étude des principaux arbres et apprendre à les reconnaître. Étude des principales plantes pour chaque émonctoire et chaque cure. Bases de connaissances des champignons et algues.

### **Morpho-typologie**

La morpho-typologie est une technique qui permet d'établir un bilan d'hygiène de vie à partir de l'analyse de la morphologie des personnes (visage et corps). Les trois étages du visage. Les lois de dilation et rétractation et signes physiques secondaires. Les quatre tempéraments d'Hippocrate et les typologies planétaires.

La méthode d'étude morpho-typologique et cas pratiques.

### **Processus dégénératif et prévention des maladies de civilisation**

Compréhension des processus dégénératifs

Notions de symptôme aigu, subaigu, chronique et dégénératif

Maladies auto-immunes

Allergies

Maladies de civilisation : prévention et accompagnement.

### **Huiles essentielles**



Présentation et histoire de l'utilisation des huiles essentielles. Utilisation et précautions d'emploi des huiles essentielles Propriétés et toxicité des huiles essentielles

### **Approche holistique de la naturopathie**

Étude des états émotionnels humains pour retrouver équilibre et harmonie émotionnelle et psychique.

Les émotions : définition des émotions et présentation de la spirale des émotions.

La gestion du stress en naturopathie. L'importance des pensées, du mental et du spirituel dans une approche globale. Les blessures de Lise Bourbeau.

### **Fleurs de Bach**

Initiation aux Fleurs de Bach.

Histoire et présentation de la méthode du Dr Bach

Étude des 38 Fleurs de Bach et de Rescue.

### **Bilan oriental**

Présentation des différents signes à repérer en bilan oriental. Présentation des typologies en médecine ayurvédique. Méthode d'étude et cas pratiques.

### **Remèdes de survie**

Comment les animaux trouvent leurs propres remèdes dans la nature.

Les règles de survie dans la nature

Équipement de survie et les remèdes naturels à emporter dans la trousse de secours

Les remèdes naturels incontournables : huiles essentielles, charbon super activé, chlorure de magnésium, condiments et aromates, les produits de la ruche et quelques plantes sauvages.

L'argilothérapie : étude des différents types d'argile et modes d'utilisation

### **La posture de l'accompagnant**

Les techniques d'accueil et d'écoute active et empathique

Les choix des mots à adopter en consultation

Comment aider la personne à devenir responsable de sa santé et de sa vie

L'importance de l'effet placebo dans notre message

Les contenus de la consultation en quatre parties : questionnaire et bilan de vitalité, technique de bilan naturopathique, conseils d'hygiène de vie, conseil d'hygiène émotionnelle.

La grille d'évaluation de l'examen

### **Installation**

Choix d'une structure juridique

Réglementations juridiques à respecter

Se faire connaître

La loi de l'attraction, rayonner pour attirer des personnes en consultation.



## Et le pack d'approfondissement facultatif qui contient ces modules

### Femme enceinte et jeune enfant

Avant la grossesse, la fertilité, préparer son corps  
Grossesse naturelle et accompagnement de la future maman  
Naissance naturelle  
Allaitement et alimentation du jeune enfant  
Accompagnement du jeune enfant en naturopathie.

### Réflexologies et techniques manuelles

L'existence de zones réflexes  
L'intérêt d'utiliser les zones réflexes en naturopathie  
Présentation de différentes formes de réflexologie : iridologie, réflexologie plantaire, palmaire, vertébrale, auriculaire et faciale (Dien Chan).

### Naturopathie pour le sportif

Compréhension des besoins particuliers du sportif, carences et surcharges possibles  
Prévention des blessures.

### Naturopathie animale

Présentation des grandes classes d'animaux  
Comprendre les besoins des animaux dans leur milieu naturel  
Accompagnement des animaux domestiques en naturopathie : chien, chat, cheval.

## Examen final

L'examen consiste en un entretien de naturopathie en réel. De vrais clients sont recrutés pour l'occasion et soumettent leur problématique. L'élève qui présente son examen dispose de 60 minutes pour établir un bilan d'hygiène de vie, appliquer une technique de bilan et proposer des conseils en hygiène de vie adaptés. Un jury est présent pour évaluer son bilan d'hygiène de vie, sa technique de bilan, sa capacité à écouter l'autre, à le guider, à l'accompagner ainsi que sa capacité à diriger l'entretien de Naturopathie et la qualité des conseils de naturopathie qu'il propose.



## ◇ Coût de la formation 2024

**3535 euros**

340 €

- ✓ Frais d'inscription à 150 €
- ✓ 25 modules à 75 € l'unité
- ✓ 10 journées de stage à 90 € l'unité
- ✓ Pack de préparation à l'examen 270 €
- ✓ Dossier libre de professionnalisation à

## ◇ L'attestation de fin de formation

Ayant obtenu au moins 12/20 à chacun de ses devoirs, validé ses stages pratiques et, après avoir passé son examen avec succès, il est remis à l'étudiant une attestation de naturopathe holistique.

## ◇ Brevet de secouriste

Il est vivement conseillé à l'étudiant de passer le diplôme de Secouriste, auprès de la Croix-Rouge ou des Pompiers (le coût du stage est d'environ 60 euros).

