



FORMATION A DISTANCE

PHYTOTHERAPIE - approche NATUROPATHIQUE

Par **Elisabeth PRIEUR**

Naturopathe - iridologue - Formatrice

-----Aix en Provence-----

PROGRAMME Formation PHYTOTHERAPIE & NATUROPATHIE

-modules en ligne formation à distance- 2017

-Annexe 1-

Module 1

L'IMPORTANCE DE L'UTILISATION DES PLANTES MEDICINALES EN NATUROPATHIE

L'hygiène alimentaire « que l'alimentation soit ta première médecine »

- Utile pour les étudiants en naturopathie - des bases à connaître -
 - Comparaison entre allopathie - homéopathie - naturopathie
 - Liste de ce qu'il faut savoir (*pour ceux qui ont l'intention de passer l'examen de la Fenahman dans le cadre d'une formation longue de Naturopathie -de 2 à 4 ans-*)
- et les mots à bannir de son langage pour une meilleure cohabitation avec l'environnement professionnel dans le domaine de la santé

Module 2

PHYTOTHERAPIE GENERALITES PRECURSEURS ET NATUROPATHIE

- A) Les précurseurs de l'utilisation médicinale des plantes
- B) L'utilisation de la phytothérapie et le mouvement naturopathique français :
Pierre Valentin MARCHESSEAU
- C) L'utilisation des plantes et la réglementation française, européenne

MODES DE PREPARATION - FORMES GALENIQUES

- dosage, sirops/jus/cataplasmes/collyres/pommades/décoction/macération, etc.)
- des formes classiques, des formes plus récentes/modernes (gémmothérapie, EPS, etc.)
- le lexique phytothérapie

PRINCIPES ACTIFS DES PLANTES

- A)
 - La grande famille des GLUCIDES
 - Une meilleure prévention santé avec une approche naturopathique en agissant en amont sur les causes de déséquilibres
- B)
 - La grande famille des LIPIDES
 - Une meilleure prévention santé avec une approche naturopathique axée sur la recherche des causes des troubles de santé et d'une réponse mieux adaptée
- C) La grande famille des PROTEINES
 - une approche différente, avec le regard du naturopathe pour mieux optimiser l'équilibre dans l'assiette

- différentes annexes sur les contenus des principes actifs des plantes - vitamines liposolubles, les fiches oméga, etc.

Module 3

APPROCHE BASEE SUR LES TECHNIQUES NATUROPATHIE

- A) **Anamnèse**
<http://formation-naturopathie.org/lexique-des-termes-de-naturopathie/>
Structure de l'anamnèse (naturopathie)
Exemple de **Questionnaires** - alimentaires...
L'approche avec les émonctoires - les grands systèmes
- B) L'approche constitutionnelle avec les "**TEMPERAMENTS** hippocratiques"
→ la reconnaissance de la vitalité du consultant
- C) L'approche constitutionnelle avec les "**DIATHESES** naturopathiques"
→ la reconnaissance de la vitalité du consultant

contrôle QCM1 - corrections

Module 4

HYGIENE EMONCTORIELLE NATUROPATHIQUE

- A) **L'activité des "EMONCTOIRES"** - les différents systèmes d'élimination des déchets
- les types de déchets (substances acides, colles, cristaux...)
- comment se débarrasser efficacement des toxines qui nous encombrant
- l'hygiène émonctorielle et la **prévention** harmonieuse par les **plantes**
- B) **L'activité des différents "SYSTEMES"** de l'organisme & l'utilisation adéquate des plantes
- le système hormonal féminin - des connaissances poussées de ce système pour une utilisation pratique, équilibrante par les plantes
- le système hormonal masculin - une approche différente sur les **troubles spécifiques au masculin** comme l'**hypertrophie bénigne de la prostate**, etc.

contrôle QCM2 - corrections

Module 5

PLANTES PAR SYSTEMES ET AUTRES PARTICULARITES VEGETALES

- A) Les plantes par systèmes (hépatique, digestif, immunité, ostéo-articulaires, etc.)
- B) Les épices & aromates
- C) Les plantes alimentaires
- A) Les produits de la ruche - l'approche rééquilibrante

contrôle QCM3 - corrections

Module 6

SECRETS DE NATUROPATHE POUR UN MEILLEUR EQUILIBRE DANS L'ASSIETTE ET DANS LA TETE

- A) L'alimentation vivante
- B) L'équilibre retrouvée dans l'assiette

- Exercices divers avec corrections
- Cas pratiques sur les systèmes étudiés avec corrections

Fin d'apprentissage
Délivrance du certificat de formation

votre formatrice et interlocutrice pour vos questions : Elisabeth PRIEUR



PHYTOTHERAPIE - NATUROPATHIE

Introduction à la phytothérapie

L'IMPORTANCE DE L'UTILISATION DES PLANTES MEDICINALES EN NATUROPATHIE

L'hygiène alimentaire « que l'alimentation soit ta première médecine »

Définition officielle (fédérale) de la naturopathie

« La Naturopathie, fondée sur le principe de l'énergie vitale de l'organisme, rassemble les pratiques issues de la tradition occidentale et repose sur les 10 agents naturels de santé. Elle vise à préserver et optimiser la santé globale de l'individu, sa qualité de vie, ainsi qu'à permettre à l'organisme de s'auto-régénérer par des moyens naturels ».

Pour Marchesseau : la cause fondamentale et unique des maladies était l'encrassement des humeurs, la toxémie. Cette toxémie due au non respect des lois de la santé perturbe par sa présence le fonctionnement normal de certains organes ou systèmes. La maladie n'est donc pas le fruit du hasard, ni d'une quelconque défaillance. La maladie est toujours à considérer comme un signal d'alarme qu'il n'est pas judicieux de réprimer aveuglément mais qu'il convient de comprendre afin de pouvoir traiter son origine. Tout ce qui coule, suinte, desquame, crache, toussé, mouche, qui sort par un émonctoire est une manifestation de la force vitale auto-guérisseuse.

Aujourd'hui, l'OMS classe la naturopathie comme « **3ème médecine traditionnelle** » Et surtout, les besoins évoluent dans les pensées sur le terrain. On s'en aperçoit tous les jours, les consultants parlent même "d'intoxication" par les médicaments et d'une médecine allopathique qui a du mal à faire de la prévention. La naturopathie remplit bien ce but de **médecine préventive**.

L'hygiène alimentaire, l'hygiène émonctorielle, l'hygiène nerveuse ont toutes un point commun :

→ l'utilisation des plantes préconisées en naturopathie.

Que ce soit des plantes médicinales comme le fenugrec -*trigonella foenum-graecum L.*-, des **plantes aromatiques** comme l'anis -*pimpinella anisum L.*-, des **légumes** comme le céleri -*apium graveolens*-, des **fruits** comme l'acérola -*malpighia glabra L.*-

Les plantes vont être utilisées à tout moment dans l'accompagnement naturopathique, soit pour détoxifier en stimulant les organes d'élimination, soit pour revitaliser/énergétiser, etc. . Mais aussi pour se renouveler/manger et entretenir sa vitalité en associant judicieusement, selon les règles de la naturopathie les aliments dans son assiette. Elles nous permettent de nous maintenir en bonne santé par un usage préventif au quotidien. Mais aussi, de nous soigner en allant stimuler notre pouvoir d'auto-guérison que nous avons toutes, tous en nous.

C'est tout cela que cette formation "Phytothérapie - naturopathie" se propose d'évoquer tout au long de cette étude.

La phytothérapie est un module de la naturopathie.