



*Antenne des Hauts de France
Fernandes Cibrina*

*cibrina.fernandes@gmail.com
06 33 074 754*

N'hésitez pas à me faire part de vos souhaits concernant les dates et les thèmes de ces classes virtuelles. J'y répondrai dans la mesure du possible. La programmation est établie sur 2 ans, durée moyenne de la formation en Naturopathie holistique. Vous pouvez bien entendu y participer même si vous avez terminé votre cursus et ce dans une volonté de formation continue ☺

Classes virtuelles

En pratique :

Les classes virtuelles sont également ouvertes aux personnes extérieures à Synergie Naturopathie.

Inscription et paiement via le site (en cours)

Durée : 3 x 1h30 heures (19h30-21h à confirmer)
Discussion en vidéo de groupes via Messenger (Facebook)

Déroulement :

Première session : Présentation et échanges

Deuxième session : Cas pratique

Troisième session : Quizz/Jeu à retenir, Questions diverses

Tarif : 60€ la classe de 3 x 1h30
avec transmission d'un livret récapitulatif en pdf.

*Le déroulement d'une classe est confirmé
Dès qu'il y a au moins 3 personnes inscrites.*

Calendrier des classes

APRES EXAMEN : Livret juridique d'aide à l'installation -Gratuit-

Afin d'alléger la journée sur la consultation, j'ai décidé de mettre en place après votre examen, une classe virtuelle gratuite de 2h environ quant au cadre juridique de l'installation du naturo avec au programme : la reconnaissance juridique, l'exercice illégal, le statut de la profession libérale, la publicité et ses règles RGPD, le droit de rétractation...

Les mercredis 9 – 16 et 23 Septembre 2020 : NOTION DE BASE ET MISE EN PLACE D'UN SUIVI

Objectif : S'approprier les notions de base en naturopathie : autoguérison, encrassement, émonctoires, rôle du naturopathe et ce afin d'élaborer votre fameux questionnaire vitalité.

Les mercredis 4 – 11 et 18 novembre 2020 : PHYTOLOGIE

Objectif : S'informer sur les diverses formes galéniques des plantes médicinales. Nous y aborderons les restrictions de certaines plantes qu'il nous faut connaître et travaillerons sur un outil de synthèse permettant d'utiliser la plante en fonction de ses propriétés et restrictions d'usage.

Les mercredis 6 – 13-20 janvier 2021 : L'ALIMENTATION NATUROPATHIQUE

Objectif : Conseiller une alimentation saine et variée qui repose à la fois sur le choix des aliments, la façon de les préparer mais aussi de les déguster. Une classe pour échanger sur la pratique naturo avec des idées de menus et des conseils pour la vie de tous les jours. Un outil de synthèse sera travaillé pour transmission de conseils de base naturopathiques à nos clients.

Les mercredis 10-17 et 24 mars 2021 : MORPHOPSYCHOLOGIE ET ALIMENTATION

Objectif : Exploiter la psycho-morphologie comme source d'observation nous permettant de mieux comprendre le tempérament de chacun, et ce afin de pouvoir le conseiller d'une façon particulièrement adaptée à son état unique.

Les mercredis 7-21 et 28 juillet 2021 : TYPOLOGIES ET GEMMOTHERAPIE

Objectif : Reconnaître des caractéristiques comportementales qui pourront être tempérés ou corrigés par le bourgeon, les jeunes pousses ou les racelles. Seront abordés la posologie et les précautions d'emploi.

Septembre 2021 : NOTION DE BASE ET MISE EN PLACE D'UN SUIVI

Objectif : S'approprier les notions de base en naturopathie : autoguérison, encrassement, émonctoires, rôle du naturopathe et ce afin d'élaborer le fameux questionnaire vitalité.

Novembre 2021 : LES PROBIOTIQUES

Objectif : Comprendre le rôle de la flore bactérienne, sa composition et ce afin de l'optimiser. Seront abordés la dysbiose intestinale et les étapes des ré-équilibrages

Janvier 2022 : HYGIENE PSYCHO EMOTIONNELLE

Objectif : Apporter des conseils dans la gestion du stress, de l'anxiété, des insomnies et ce à travers diverses techniques : penser positive, comprendre son stress avec la musicothérapie, techniques respiratoires, phytothérapie.

Mars 2022 : ENJEUX DE L'EQUILIBRE ACIDO-BASIQUE

Objectif : Comprendre l'enjeu de l'équilibre acido-basique et le rôle des nutriments. Un travail sera fait sur la lecture des étiquettes alimentaires et ce afin d'aborder les allergies et intolérances. Enfin, nous présenterons les cures naturopathiques comme le jeûne, la monodiète, les cures de jus ou encore les vertus des épices et les super aliments.

Mai 2022 : FOCUS SUR LA THYROIDE

Objectif : Aborder l'importance de cette glande endocrinienne ainsi que ses dysfonctionnements et ce afin de proposer un accompagnement adapté.

Juillet 2022 : MALADIES DITES DE CIVILISATION

Objectif : Comprendre les maladies dites de civilisation et d'agir en prévention : cholestérol, diabète, troubles métaboliques, obésité...