

Amener du soulagement dans les maux physiques et émotionnels du quotidien par des techniques douces et naturelles.

# PRENDRE SOIN AU NATUREL



Module 1 : Vivre en harmonie

Module 2 : Initiation à la Santé par le Toucher

Module 3 : Initiation à la kinésiologie

Module 4 : Initiation aux remèdes énergétiques (homéopathie, élixirs, harmonisation énergétique)

## Objectifs de la formation :

- Identifier les signes cliniques du mal-être /mal-aise
- Evaluer la situation en identifiant les urgences
- Découvrir des techniques de soins naturels
- Faire le choix de la technique ou du remède approprié à la situation
- Evaluer l'évolution de la situation et apporter des solutions adaptées

## Moyens pédagogiques et techniques :

- Contenus théoriques sous forme de diaporamas et supports destinés aux participants
- Acquisition des compétences opérationnelles par la pratique et l'expérimentation

# SOIN AU NATUREL

**Durée de la formation :**

1 jour = 1 module

Au total : 4 jours = 4 modules

**Tarif :**

Par module : 750 € HT

Forfait pour les 4 modules : 2500 € HT

**● Public et pré-requis :**

Toute personne qui souhaite acquérir des outils pour soigner les maux du quotidien simplement et naturellement.

Aucun prérequis n'est nécessaire pour participer à ces formations. Seul le module "Vivre en harmonie" est un pré-requis aux 3 autres.

Pour les Personnes en Situation de Handicap, vous pouvez nous contacter afin d'étudier la possibilité d'adaptation de la formation ou vous proposez une réorientation.

**Evaluation et suivi :**

L'évaluation des compétences acquises sera réalisée tout au long de la formation en auto-évaluation et/ou par le formateur.

Suivi des présences et remise d'une attestation individuelle de formation ou d'un certificat de réalisation

# VIVRE EN HARMONIE

Prendre soin au naturel

Module 1

## OBJECTIFS :

Définir la notion de santé : physique, psycho-émotionnelle, sociale, relationnelle...

Définir l'harmonie de vie

Comprendre la notion d'homéostasie

Comprendre les différents déséquilibres physiques, émotionnels et leurs répercussions

Apprendre à transformer le négatif en positif

## PLAN :

1. La santé : concept multi-facettes
- 2. Etude du vivant sur Terre dans toutes ses dimensions
  - le corps physique : anatomie, physiologie, biologie
  - le corps émotionnel : les émotions, les sentiments
  - le corps spirituel : la réalisation de chacun
  - la relation à soi
  - la relation à l'autre
  - la relation aux autres
3. Définition de l'harmonie de vie
4. L'homéostasie au coeur de l'équilibre de vie
5. Etude succincte de quelques désordres physiques, émotionnels : stress, dépression, lombo-sciatique, fatigue, allergies
6. Que faire lors d'un symptôme ?

## OUTILS :

Diaporama

Supports papiers

Exercices pratiques

## ACQUIS :

Une meilleure compréhension des interrelations entre intérieur et extérieur et entre les êtres

Une approche holistique de la santé

Des pistes à explorer personnellement pour rétablir son harmonie

## OBJECTIFS :

Acquérir un outil simple de réponse aux maux du quotidien

Apprendre à interpréter les maux du corps

Recueillir les informations utiles pour rétablir l'équilibre

Savoir utiliser l'outil de la Santé par le Toucher dans son quotidien

## PLAN :

1. Présentation succincte de la Santé par le Toucher :

- histoire
- concept

2. Le test musculaire :

- principe
- apprentissage

3. Apprendre à tester les 14 muscles

4. Exemple d'harmonisation : lisser les méridiens

5. Aller plus loin...

## OUTILS :

Diaporama

Supports papiers

Exercices pratiques

## ACQUIS :

Une meilleure compréhension des interrelations entre intérieur et extérieur et entre les êtres

Une approche holistique de la santé

Des pistes à explorer personnellement pour rétablir son harmonie

# INITIATION A LA KINESIOLOGIE

Module 3

## OBJECTIFS :

Découvrir une technique de soins holistique  
Acquérir le test musculaire comme outil d'évaluation  
Apprendre à réharmoniser certains déséquilibres

## PLAN :

1. Principe de base de la kinésiologie :
  - histoire
  - concept/principe/quelle utilisation ?
  - l'outil principal : le test musculaire
2. Les 5 éléments de la Médecine Traditionnelle Chinoise :
  - présentation succincte de la MTC
  - présentation des cycles Shen et Kô
  - la kinésiologie et la MTC
3. Le test musculaire : apprentissage
4. Présentation d'un protocole de base
5. Les harmonisations

## OUTILS :

Diaporama  
Supports papiers  
Exercices pratiques

## ACQUIS :

Le test musculaire : comme outil d'évaluation  
Approche holistique d'un déséquilibre de vie  
Protocole de base utilisé en kinésiologie

# INITIATION AUX Prendre soin au naturel

## REMEDES ENERGETIQUES

Module 4

### OBJECTIFS :

Découvrir une technique de soins différente  
Découvrir le concept d'énergie, de remèdes énergétiques  
S'initier aux remèdes énergétiques

### PLAN :

1. La vie est énergie
2. La vie est mémoire
3. Initiation à l'homéopathie
- 4. Initiation aux élixirs :
  - présentation succincte des Fleurs de Bach,
  - Elixirs Phi,
  - Elixirs de Sirius
  - Quelques autres exemples
5. Initiation à l'harmonisation énergétique : reiki, lithothérapie
6. Quelles utilisations au quotidien ?

### OUTILS :

Diaporama  
Supports papiers  
Exercices pratiques

### ACQUIS :

Une initiation aux techniques énergétiques  
Une vision holistique de la santé et du bien-être