



**FORMATION PROFESSIONNELLE S.T.A**  
- Science Traditionnelle Ayurvédique - 1420H

**NATUROPATHE AYURVÉDIQUE**

ÉDUCATEUR DE SANTÉ

ET/OU

CONSEILLER CONSULTANT



**Centre  
Leela**



Datadock

**ayurveda**  
en france

Aujourd'hui, les sciences douces et naturelles, et la Naturopathie Ayurvédique, alliées à la médecine conventionnelle, représentent de réelles solutions thérapeutiques et sont notamment utilisées dans certains protocoles hospitaliers.

Cette formation conçue pour tout type de public (professionnel de santé et tout secteur d'activité - particulier) aborde tous les domaines de la S.T.A - Sciences Traditionnelle Ayurvedique. D'une durée de 1 à 3 ans, elle regroupe enseignement théorique et mise en pratique, grâce à 20 formateurs spécialisés (cf. organigramme p.19).

**Vous pouvez choisir de suivre 1 ,2 ou 3 cursus vous donnant un titre après évaluation :**

- 1ère année - Cursus 1 : Naturopathe Ayurvédique - Educateur de Santé
- 2ème année - Cursus 2 : Naturopathe Ayurvédique - Conseiller Consultant
- 3ème année - Cursus 3 : Stage Clinique en Inde Naturopathe Ayurvédique - Conseiller Consultant.

**Précision :**

Il est demandé à chaque apprenant.e de suivre en parallèle de la formation Naturopathe Ayurvédique, un module en anatomie physiologie ou d'avoir une bonne base.

Les personnels de santé en sont dispensés.

---

## Débouchés & secteurs d'activités

- Ouvrir son cabinet libéral de Naturopathe Ayurvédique - conseiller & consultant
- Démarrer une activité en tant que Naturopathe Ayurvédique - conseiller & consultant, au sein d'un centre spécialisé en médecine douce
- Pratiquer la Naturopathie Ayurvédique en télé-consultation
- Pratiquer la Naturopathie Ayurvédique dans le cadre d'un dispensaire, au profit de populations précaires
- Proposer ses services en Naturopathie Ayurvédique dans le cadre de la prévention : structures éducatives, EHPAD, CCAS
- Sensibiliser tous les publics et plus particulièrement les publics précaires, les adolescents à une meilleure gestion de leurs alimentation, hygiène de vie naturelle et équilibrée.

Et bien d'autres structures non citées ici.



# Formation professionnalisante 3 ans 1420H

## Naturopathe Ayurvédique

### Objectifs

Acquérir de nouvelles compétences théoriques et pratiques dans le cadre d'une reconversion professionnelle ou à titre personnel .

L'essence de cette formation se définit autour de plusieurs axes :

- Faire un bilan nutritionnel
- Poser un diagnostic Ayurvédique complet en définissant la constitution personnelle et ses déséquilibres
- Donner un soin énergétique
- Donner des conseils & suivi des problèmes de la santé de la femme.
- Donner des conseils & soins corporels : adultes, enfants, femmes enceintes, bébés
- Donner des soins pour les problèmes psychiques par la yogathérapie et l'ayurvédathérapie
- Donner des conseils de prévention de santé adaptés aux déséquilibres et constitution personnelle
- Proposer des outils thérapeutiques simples et naturels
- Donner des conseils en phytothérapie
- Accompagner ses clients(es) dans la gestion du stress
- Réharmoniser l'habitat pour un meilleur bien-être

### La formation a également pour objectif

- La professionnalisation : accueil de la clientèle, conseils, informations, fin de soin.
- Les aspects juridiques en lien à l'installation d'une structure professionnelle.
- Les outils de la communication pacifique pour améliorer les relations dans le cadre du travail et de sa vie personnelle.
- Marketing : Maîtriser votre communication sur le net, référencement professionnel.
- Construction et validation d'un projet professionnel.
- Et enfin, la santé du Praticien Bien-être : application sur soi de plusieurs outils du bien-être et de la gestion du stress de manière à être en cohérence avec les soins que l'on propose.

**Pour qui ?** : Tout public

**Prérequis** : Études secondaires , entretien individuel

Avoir une webcam et un accès internet pour les classes virtuelles.

**Organisation Pédagogique** : Présentiel, à distance + travaux personnels

### Moyens pédagogiques :

Supports de cours théoriques et travaux pratiques tout au long de l'année,

Stage en entreprise

Tutoriels remis à chaque module.

**Moyens techniques** : Salle théorie : chaises, tables, tableau, wifi, vidéo projecteur, support de cours.

Salle pratique : Salle de 60 à 150m2 bien chauffée, plateau techniques et tout matériel susceptible correspondant au module enseigné. Apporter de quoi écrire ou son ordinateur, tablette. Pour le cursus 2, une liste de matériel à fournir communiquée dans votre dossier d'inscription.

**Encadrement** : Voir l'équipe pédagogique (cf organigramme fin de page). La formatrice et tous nos intervenants sont professionnels, expérimentés et diplômés.

**Suivi d'exécution** : Feuille d'émargement signée par demi journée.

**Résultats** : Évaluation en continu + enquête de satisfaction.

## Informations pratiques - 3 années : 1420h

### (Présentiel : 399h, Visio : 271h, travaux personnels : 750h)

---

**Lieux :** Visio ; Stages pratiques d'été : Isère (38). Lieu exact communiqué lors de votre inscription.

**Repas Pour les formations non résidentielles :** Restaurants et snackings à proximité des lieux de formations.

Pour les formations résidentielles : pension complète ou repas partage suivant le module (voir précisions ci-dessous).

**Horaires :** 9h à 13h - 14h à 18h avec pause de 15mn par demi-journées.

Certains cours en Visioconférence durent 6h par jour (voir chaque module dans cette brochure).

#### Coût autofinancement :

> **Cursus 1 : 4098€ TTC** + 25€ cotisation annuelle pour Ayurveda France

> **Cursus 2 (fortement recommandé) : 3970€ TTC** + 25€ cotisation annuelle pour Ayurveda France

> **Cursus 3 : 2142€ TTC** + 25€ cotisation annuelle pour Ayurveda France

> **Module 19 (facultatif) - Ethnomedecine & Ethonopharmacologie : + 930€**

**Toute demande de prise en charge par les OPCO hors CPF : montage de dossier : + 200€**

**Budget matériel à prévoir (soins corporels) :** Environ 300€ pour les 3 cursus.

*Vous vous engagez à poursuivre chaque cursus dans sa totalité.*

*Paieement échelonné sur 1 échéancier de 12 mois pour les cursus 1 & 2.*

#### Hébergement :

> **Session Cursus 1 - juillet en Isère : Hébergement libre, liste hébergement autour du lieu de formation communiquée en annexe.**

> **Sessions Cursus 2 et 3 : infos communiquées lors du Cursus 1.**

> **Ethnomedecine cursus 3 - juin à Metz : hébergement libre.**

**Modalités pratiques transmises par mail un mois avant la formation :** liste des participants, liste hébergements, lieux des formations, etc..

A l'issue du Cursus 1 et après évaluation en continu + la présentation d'un mémoire vous obtiendrez le titre de

**Naturopathe Ayurvédique - Educateur de Santé**

A l'issue du Cursus 2 et après évaluation en continu + la présentation d'un mémoire vous obtiendrez le titre de

**Naturopathe Ayurvédique - Conseiller Consultant**

A l'issue du Cursus 3 et après évaluation en continu + la présentation d'un mémoire vous obtiendrez le titre de

**Naturopathe Ayurvédique - Conseiller Consultant - & Stage Clinique en Inde**

Ce Titre est reconnu par l'organisme de la formation professionnelle continue et l'association des professionnels de Ayurveda en France, il vous permettra d'exercer en toute légalité.

Cette formation ne remplace pas un avis médical, elle ne se substitue pas aux actes de kinésithérapie.

### Théorie à distance & replay

|                                                                                             |     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Présentation plan de formation                                                              | 3h  |
| Anatomie - Physiologie                                                                      | 8h  |
| Origine de l'Ayurveda & Anatomie Physiologie                                                | 40H |
| Suite Anatomie & Physiologie Ayurvédique<br>& méthodes d'examen des clients                 | 40h |
| Étiologie & Mécanisme de la maladie & introduction à<br>la notion de traitement Ayurvédique | 40h |
| Psychologie Ayurvédique et soins subtils                                                    | 24h |
| Nutrition Ahara                                                                             | 24H |
| Phytothérapie - Dravyaguna                                                                  | 24h |
| Outils nécessaires à l'installation professionnelle                                         | 21h |

Ce programme sera réparti de la manière suivante :

- **Mercredi 28 Septembre 2022** : 18 h à 21h : Présentation
- **23 Septembre 2022** : Anatomie - Physiologie
- **Octobre 2022** : 4 Mercredis & Samedi 29 Octobre
- **Novembre 2022** : 5 Mercredis & Samedi 26 Novembre
- **Décembre 2022** : 2 Premiers mercredis & Samedi 10 Décembre
- **Janvier 2023** : 4 Mercredis & Samedi 28 Janvier
- **Février 2023** : 4 Mercredis & Samedi 25 Février
- **Mars 2023** : 5 Mercredis & Samedi 25 Mars
- **Avril 2023** : 4 Mercredis & Samedi 22 Avril
- **Mai 2023** : 5 Mercredis & Samedi 27 Mai
- **19 au 21 Mai 2023** : module de professionnalisation
- **10 juin 2023** : 3H
- **Juin 2023** : 4 Mercredis & Samedi 24 Juin

\***Horaires Mercredi en visio avec repaty** : 19h à 22h

\***Horaires Samedi en visio avec replay** : 9h à 13h - 14h30 - 18h30

\***Horaires Anatomie et Module de professionnalisation en visio avec repaty** :  
9h à 13h - 14h30 - 18h30

\* Fuseau horaire France Métropole.

## Ateliers pratiques en présentiel - résidentiel

| Intitulé                           | Nombre d'heures | Lieu & date                                                                                      |
|------------------------------------|-----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Nutrition Ahara                    | 16h             | du 4 au 14 juillet 2023<br>Vercors - Isère (38)<br><br>Le lieu est susceptible<br>d'être modifié |
| Phytothérapie - Dravyaguna         | 16h             |                                                                                                  |
| Psychologie et soins subtils       | 16h             |                                                                                                  |
| Révision                           | 5h              |                                                                                                  |
| Etudes de cas<br>Prise de pouls    | 16h             |                                                                                                  |
| Intégration, Bilan<br>Fin d'études | 3h              |                                                                                                  |

## Module 1 - Plan de formation

### Objectifs

- > Découvrir le processus de formation ;
- > Constituer le groupe, faire connaissance avec les autres participants, développer une cohésion de groupe, propice à l'acquisition des compétences ;
- > S'informer sur les modalités organisationnelles de la formation.

### Résumé du contenu

Présentation du plan de formation, intervention d'une formatrice sur la cohésion de groupe et la communication interpersonnelle, prise en compte du rôle des émotions dans sa posture future de thérapeute, informations sur les durées, horaires et lieu de formation et toutes autres infos nécessaires au déroulement de cette formation.

## Module 2 - Tronc commun 1

### Objectifs

Comprendre des origines de l'Ayurveda et les philosophies indiennes derrière cette science, savoir définir de façon approfondie l'Ayurveda, ses outils et sa portée, et apprendre et maîtriser les premières notions d'anatomie et physiologie ayurvédique incluant la théorie des 3 doshas (vata, pitta et kapha), les 15 sous doshas, le feu digestif / agni et les notions de toxines / ama.

### Résumé du contenu

Découverte des origines de l'Ayurveda et introduction à l'anatomie et physiologie ayurvédique. Les origines de l'Ayurveda : les 6 philosophies de vie indiennes, parmi lesquelles le Samkhya. Puis étude plus spécifique du samkhya et des notions et interactions entre les 3 grandes qualités Sattva / Rajas / Tamas, les 5 éléments et les 5 sens dans la manifestation de la conscience dans la matière. Définition de l'Ayurveda, le but de l'Ayurveda, les 8 branches de l'Ayurveda, l'Ayurveda aujourd'hui.

### Anatomie et physiologie ayurvédique

Théorie des 3 doshas Vata, Pitta et Kapha et études des caractéristiques d'un individu Vata, Pitta et Kapha, les 20 attributs et leurs effets sur les doshas, la notion de constitution / prakruti et d'état dévié / vikruti (les 7 types de prakruti, Les 8 constitutions difficiles, le paradigme prakruti/vikruti, l'expression des gunas dans le prakruti et le vikruti), Les 15 sous doshas (sites, fonctions, direction, élément), Le feu digestif / agni (attributs, fonctions, lien dosha / agni, 4 types d'agni, 40 agni, le processus digestif vu par l'ayurvédica); la notion de toxines / ama (caractéristiques, 4 origines principales, signes et symptômes d'ama dans les doshas, dhatus et les excréments ).

## Module 3 - Tronc commun 2

### Objectifs

Connaître de façon détaillée la théorie des 7 tissus / dhatus, des 17 chaînes du corps / srotamsi, comprendre et savoir mettre en pratique les différentes méthodes d'examen Ayurvédique, avec la trividha (observation, questionnement et examen) et l'ashtavidha (pouls, urine, selles, langue, peau, parole, oeil, aspect physique) pariksha, être capable de faire un diagnostic client du prakruti / vikruti / agni et ama.

### Résumé du contenu

Approfondissement de l'anatomie et physiologie Ayurvédique avec étude: des 7 dhatus / tissus (nutrition et structure des dhatus, désordres des dhatus, étude spécifique de chaque dhatu); du concept d'Ojas, Tejas et Prana (définition, fonctions, caractéristiques, manifestations, les 4 types de déséquilibres et l'intégrité fonctionnelle de ce concept), des 17 systèmes du corps /srotamsi (définition et description, les 4 types de déséquilibre), des méthodes Ayurvédiques d'examen avec notamment la méthode en 3 étapes / Trividha pariksha et celle basée sur l'observation de 8 éléments / Ashtavidha pariksha (pouls, langue, urine, selles, parole, toucher, yeux, apparence).

Etude et mise en pratique de diagnostic du prakruti et du vikruti avec évaluation du prakruti, du vikruti, de l'agni et du niveau de toxines.



## Module 4 - Tronc commun 3

### Objectifs

Comprendre le mécanisme de formation des déséquilibres de santé, pouvoir identifier les étapes de la pathogénèse en fonction des symptômes, pouvoir identifier les causes de la manifestation des déséquilibres, les mouvements de doshas, les chemins des déséquilibres, être capable de faire un diagnostic Ayurvédique client approfondie intégrant le prakruti, vikruti, état des dhatus, srotamsi, ojas, tejas, prana, samprapti, hetu, vyadhi marga, dosha gati, comprendre les différents types des traitements ayurvédiques / chikitsa existants, savoir orienter votre client vers un traitement plus shodhana pour nettoyer ou shamana pour pacifier selon ses besoins, comprendre comment utiliser la tanmatra chikitsa / la thérapies utilisant les 5 sens pour équilibrer les doshas.



### Résumé du contenu :

Etude du mécanisme de formation des déséquilibres de santé / pathogenèse avec apprentissage: des 5 baromètres pour évaluer un déséquilibre / Nidanam panchakam, du processus de manifestations des maladies / samprapti (les 6 étapes évolutives de manifestation des déséquilibres), des principes d'aggravation et de diminution des doshas dans le macroenvironnement et dans le système digestif, des causes et manifestations de déséquilibre des tissus et systèmes corporels, des chemins de de déséquilibre/ vyadhi marga, des mouvements des doshas / Doshas Gati, des différenciation et classification des déséquilibres de santé

Diagnostic approfondi du patient, intégrant le prakruti, vikruti, état des dhatus, srotamsi, ojas, tejas, prana, samprapti, hetu, vyadhi marga, dosha gati.

Apprentissage des traitements ayurvédiques / chikitsa à recommander pour équilibrer le vikruti une fois le diagnostic fait incluant: les facteurs à prendre en compte pour établir un protocole de traitement, une cartographie des différents types de traitements chikitsa, avec description des techniques de nettoyage / Shodhan, des traitements de pacification ou palliatifs / Shamana, à la fois internes et externes, des notions de Purvakarma, panchakarma, pascat karma, Brimhana et langana chikitsa, d' ahara chikitsa / nutrition ayurvédique, de vihara chikitsa /lifestyle, de dravyaguna chikitsa / phytothérapie, et étude du tanmatra chikitsa / utilisation des thérapies ciblant les 5 sens pour équilibrer les doshas.



## Module 5 - Psychologie Ayurvédique & soins subtils

### Objectifs

Comprendre les aspects de la Psychologie Ayurvédique avec la vision de l'esprit et de l'âme en Ayurveda, l'organisation du mental, le rôle du mental dans le processus de création des déséquilibres, les principaux désordres psychosomatiques et leurs causes, l'effet de sattva / rajas / tamas sur le mental et la digestion émotionnelle. Savoir appliquer une approche sattvique en tant qu'individu mais aussi en tant que thérapeute. Connaître l'anatomie et physiologie du corps subtil au travers des koshas, des chakras et des nadis. Comprendre le yoga chikitsa et les outils qu'il propose pour équilibrer les doshas et le mental. Savoir utiliser sur soi même et conseiller de l'Ayuryoga (asanas et méditation) pour équilibrer un individu.

### Résumé du contenu

Etude de la Psychologie Ayurvédique avec les principes spirituels de l'Ayurveda et le système du mental en Ayurveda incluant les différents états de l'esprit, l'esprit individuel et esprit universel, le prakruti et le vikruti de l'esprit / manas, les 4 aspects du mental, leurs interactions dans le processus de création d'un déséquilibre de santé, les causes principales de déséquilibre de manas, les désordres psychosomatiques. Nous parlerons aussi de l'approche sattvique du thérapeute.

Ensuite nous aborderons l'anatomie et physiologie du corps subtil avec : les koshas, les chakras (description, déséquilibres, comment les influencer, kundalini, association koshas) et les nadis (description, comment les nettoyer, liens koshas et chakras).

Puis nous verrons les soins subtils à travers le Yoga chikitsa pour influencer la physiologie subtile au travers: du yoga de patanjali, de l'Ayuryoga et de la méditation appropriée aux doshas.



## Module 6 - Nutrition / Ahara

### Objectifs

Acquérir une bonne connaissance de la nutrition Ayurvédique, de ses règles de base et de ses notions innées de goûts, de gunas (qualités), de température, d'effets post digestifs (vipaka), de prabhava (potentiel énergétique), des actions des goûts sur les plans physique et mental. Savoir lier les groupes aliments et les aliments à ces notions. Savoir appliquer et conseiller différents régimes alimentaire pour équilibrer chaque dosha, pour équilibrer deux ou les trois doshas, pour désintoxiquer l'organisme ou encore pour s'harmoniser aux saisons ou tridoshique. Comprendre l'ensemble du processus de digestion Ayurvédique et être à même de le comparer avec le système digestif occidentale. Etre capable de préparer des churnas et des plats ayurvédiques pour les doshas.

### Résumé du contenu

Etude du concept de la Nutrition Ayurvédique (Ahara chikitsa) avec: découverte des 6 goûts (rasa), de la température des aliments/ virya, de l'effet post digestif / vipaka, des qualités des aliments, de l'action unique (prabhava) des aliments, liens avec les groupes d'aliments, effets sur le plans physique et mental (et doshas), les signes et symptômes de déséquilibres en cas d'excès de certain gout.

Etude de l'alimentation adaptée à Vata, Pitta et Kapha et l'alimentation duo-doshique, des règles de base de l'alimentation ayurvédique, et des aliments incompatibles, des différents régimes alimentaires selon l'ayurveda (atni ama, detox) et vue ayurvédique des régimes actuels, de l'alimentation selon les saisons

Atelier de cuisine (recette ayurvédique de saison et par dosha) et de préparation de churnas pour Vata, Pitta et Kapha.



## Module 7 Phytothérapie - Dravyaguna -

### Objectifs

Comprendre la dravyaguna Ayurvédique avec les notions de rasa, virya, vipaka, prabhava, gunas des plantes, et le lien entre les différentes partie d'une plante avec les 5 éléments et les 7 tissus. Connaître les différents méthodes de préparation des plantes (jus, décoctions, poudres, vins médicaux, ghee...), les différentes actions thérapeutiques des plantes et leurs effets sur les doshas, quand prendre les plantes et comment (anupan). Acquérir une bonne connaissance de certaines plantes locales / européennes en appliquant l'approche ayurvédique, des principales curna et guggul, des plantes rasayanas par organes et dhatus, et des anupan. Connaître les précautions d'utilisation des plantes. Savoir préparer un ghee médicinal, une churna et une huile médicinale.

### Résumé du contenu

Etude des principes de la vision Ayurvédique des plantes avec leurs rasas, virya, vipaka, prabhava et attributs, les 5 éléments et les 7 tissus en lien avec les plantes.

Etude des grands principes de la dravyaguna avec les différentes méthodes de préparation des plantes (jus, décoctions, poudres, vins médicaux, ghee...), les différentes actions thérapeutiques des plantes et leurs effets sur les doshas, quand prendre les plantes et comment (anupana).

Etude des plantes locales principales en appliquant l'approche ayurvédique, des principales churnas et gugguls, précautions d'utilisation des plantes, découverte des plantes rasayanas par organes et dhatus, et des anupanas

**Atelier : préparation d'un ghee médicinal, d'une churna et d'une huile médicinale.**

## Module 8 - Les outils nécessaires à votre installation professionnelle

19 au 21 mai 2023 Via Zoom

### Objectifs

Réussir son installation professionnelle.

### Résumé du contenu

19 mai : de 9 à 13h : Comptabilité : différents systèmes juridiques, business plan

19 mai : 15 à 18h : Marketing - Communication Numérique : marketing numérique, écologique et éthique, ainsi que vos droits sur le web.

20 mai : 9 à 11h : Législation et Réglementation de la profession de Naturopathe : le droit français et européen en lien avec les médecines douces.

20 mai : 13h30 à 15h30 Gestion du stress : mise en place d'outils permettant de reconnaître et accepter ses émotions pour les transformer en qualité de créativité,

21 mai : 9 à 12h et de 14 à 17h : Accueil clientèle, Communication pacifique: acquisition d'une méthode de communication bienveillante qui optimise un dialogue adapté, et favorise les échanges dans un climat de paix, faciliter les échanges relationnels, réduire le stress, désamorcer les éventuelles difficultés ou conflits, et enrichir la relation à soi et aux autres.



| Durée | Horaires              | Forme                                                  | Date                      | Lieu                                   |
|-------|-----------------------|--------------------------------------------------------|---------------------------|----------------------------------------|
| 8h    | 9h à 13h<br>14h à 18h | Jiotish<br>Les energies<br>Planétaires                 | 13 Janvier<br>2024        | Visio Zoom                             |
| 8h    | 9h à 13h<br>14h à 18h | L'ayurveda à<br>travers les âges                       | 17 février 2024           | Visio Zoom                             |
| 16H   | 9h à 13h<br>14h à 18h | L'ayurveda autour<br>de la femme                       | 20 au 21 avril 2024       | Visio Zoom                             |
| 40h   | 9h à 13h<br>14h à 18h | Abhyanga<br>Tridosha                                   | 8 au 12 Août 2024         | Présentiel<br>38680 Pont en<br>Royans* |
| 40h   | 9h à 13h<br>14h à 18h | Ayurveda<br>Maternité                                  | 14 au 18 Août<br>2024     | Présentiel<br>38680 Pont en<br>Royans* |
| 32h   | 9h à 13h<br>14h à 18h | Vastu<br>Shastra &<br>méditation                       | 20 au 23 Août<br>2024     | Présentiel<br>38680 Pont en<br>Royans* |
| 50h   | 9h à 13h<br>14h à 18h | Marmathérapie                                          | 25 au 31 Août<br>2024     | Présentiel<br>38680 Pont en<br>Royans* |
| 14h   | 9h à 13h<br>15h à 18h | Prakruti<br>Vikruti<br>& Études de cas                 | 15 au 16<br>novembre 2024 | Visio Zoom                             |
| 4h    | 9h à 13h<br>14h à 16h | Intégration<br>Revision<br>Tour de table<br>Conclusion | 7 décembre 2024           | Visio Zoom                             |

\*Les lieux sont susceptibles d'être modifiés

## Module 9 - Jiotish, les énergies planétaires

Samedi 13 Janvier 2024 9h à 13h & 14h à 18h

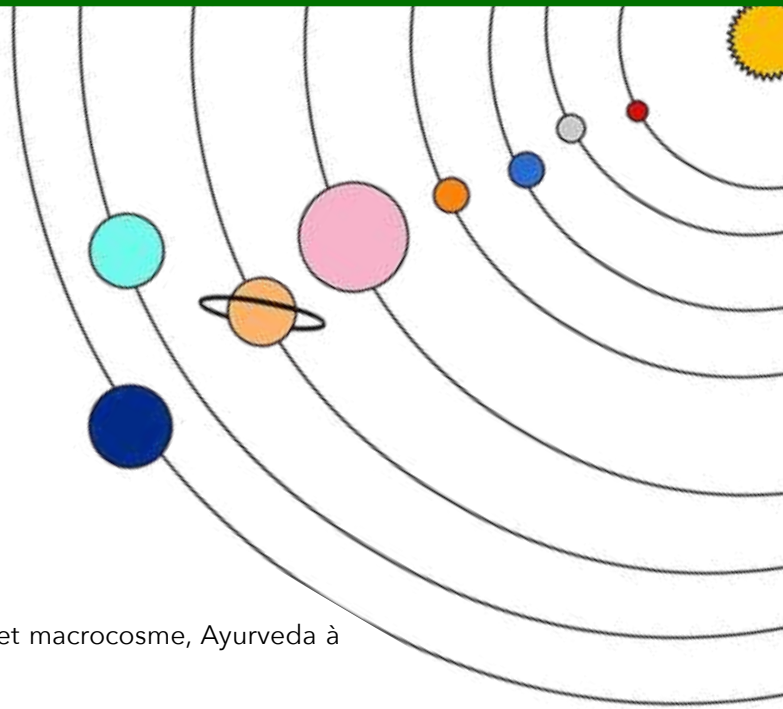
Via Zoom

### Objectif

Éclairage et compréhension du fonctionnement physique, émotionnel mental et spirituel  
Ce module complète le suivant.

### Résumé du contenu

études du symbolisme des planètes, étude du microcosme et macrocosme, Ayurveda à travers les âges avec la lecture du jiotish.  
harmoniser notre rythme de fonctionnement à celui des différentes énergies cosmiques.



## Module 10 - L'Ayurveda à travers les âges

Samedi 17 février 2024, 9h à 13h & 14h à 18h

Via Zoom

### Objectifs

Être capable de proposer et d'adapter un protocole ayurvédique à un individu en fonction de sa phase de vie, pouvoir conseiller un protocole adapté à toutes les différentes étapes de vie d'une personne, de l'enfant à la personne active et à une personne avec un âge plus avancé. Nous évoquerons aussi les changements de la femme mais de façon non approfondie car il existe un module dédié à ce sujet.

### Résumé du contenu

Nous étudierons l'application de traitements ayurvédiques selon les phases de vie avec en commençant par comprendre les liens entre les doshas et les différentes phases de vie. Nous étudierons ensuite L'Ayurveda pour les enfants, pour les adolescents, pour la partie de vie active, puis l'Ayurveda appliqué à un âge plus avancé. Le but est de savoir adapter les conseils en style de vie, en nutrition et phytothérapie à ces étapes de vie et de comprendre quels types de déséquilibres peuvent ressortir à ces étapes. Nous étudierons aussi les plantes rasayana pour les enfants et les personnes âgées.



## Module 11 - L'Ayurveda autour de la femme

Samedi & Dimanche 20/21 avril 2004 - 9h à 13h & 14h à 18h

Via Zoom

### Objectifs

Apprendre le système reproducteur ayurvédique, l'anatomie, la physiologie et la pathologie

Comprendre les transitions dans la vie des femmes

Comprendre le cycle menstruel selon l'Ayurveda

Apprendre la relation entre l'énergie lunaire et l'énergie féminine

Comprendre les troubles menstruels du point de vue ayurvédique

Comprendre le syndrome des grands déséquilibres de santé féminines actuels avec les points de vue ayurvédiques

Comprendre la transition dorée - La sagesse de la ménopause, et comment soutenir ce processus et une transition douce et saine, en diminuant tous les symptômes

Apprendre les principales causes d'infertilité et des traitements de soutien de la fertilité en Ayurveda

Apprenez une conception saine selon l'Ayurveda et prévenez les troubles potentiels pendant la grossesse

### Résumé du contenu

De la marche à la ménopause et au-delà, de nombreux problèmes gynécologiques possibles peuvent survenir au cours de la vie d'une femme. Ce cours explore la pratique de la santé des femmes en science ayurvédique, y compris les troubles courants, l'évaluation de la santé des femmes et les traitements utilisés par les conseillers en santé ayurvédique pour rétablir le bien-être. Les étudiants apprendront les causes, les signes et les symptômes de bon nombre des troubles de santé les plus courants chez les femmes, ainsi que le régime alimentaire, le mode de vie, les formules à base de plantes et d'autres thérapies nécessaires pour se rétablir. L'approche ayurvédique pour promouvoir un cycle menstruel sain, la fertilité et les déséquilibres de la ménopause et de la vieillesse sont introduites. Des études de cas seront utilisées pour concrétiser ce cours.

## SUMMER SESSION DES MODULES 12 À 17

### Module 12 (summer session) - Massage Abhyanga Tridosha

8 au 12 Août 2024, 9h à 13h & 14h à 18h

Lieu : 38680 Pont en Royans

#### Objectifs

Donner un massage Abhyanga Tridosha complet en 1h.

#### Résumé du contenu

Savoir utiliser les huiles correspondant au ou à la client(e), maîtriser les différentes techniques du massage Abhyanga, maîtriser la fluidité et enchaînement, adapter les protocoles en fonction des Vikritis (déséquilibres) de la personne.

## Module 13 (summer session) - Ayurveda Maternité

14 au 18 Août 2024 , 9h à 13h & 15h à 18h

Lieu : Pont en Royans- Isère

### Objectifs

Apprentissage de toutes les techniques du toucher, enchainements pour la femme en période de grossesse et post maternité. mise en place d'outils d'hygiène de vie (alimentation, yoga, méditation... La maîtrise du massage Bébé.

### Résumé du contenu

Selon l'Ayurveda, la femme enceinte doit recevoir quotidiennement un massage à l'huile végétale chaude, ce massage harmonise les 3 doshas (Vata, Pitta, Kapha), forces vitales qui orchestrent le bon développement du fœtus tant au niveau physique (cerveau, organes, membres), mental que son évolution spirituelle et maintiennent la bonne santé de la future maman . Dans ce cursus est inclus le massage bébé lui procurant un développement harmonieux.



## Module 14 (summer session) - Vastu Shastra & Méditation

20 au 23 Août 2024, 9h à 13h & 14h à 18h

Lieu : Pont en Royans- Isère

### Objectifs

Savoir harmoniser les divers lieux : habitation, travail.

### Résumé du contenu

Les lois du Vastu Shastra nous indiquent que vivre en harmonie avec nous-mêmes, notre environnement, humain et matériel, nos énergies doivent s'accorder à celles de l'univers. Il s'agit donc, lorsque l'on prépare une construction selon le vastu, ou lorsque l'on «corrige» de l'existant», de faire en sorte que l'énergie (le «prana»), les vibrations circulent dans ce lieu en harmonie avec les énergies et vibrations de la nature, de l'environnement et de ceux qui y résident.

Les cours de médiation apporte toutes les techniques nécessaires pour développer sa sensibilité afin d'optimiser la relation subtile avec l'environnement et l'habitat en particulier. Techniques que l'on peut continuer à pratiquer chez soi par la suite.

Ces cours de méditation vous prépareront et vous serviront pour le module Marmathérapie impliquant disponibilité, présence, paix intérieure.



## Module 15 (summer session) - Marmathérapie

25 au 31 Août 2024, 9h à 13h & 14h à 18h

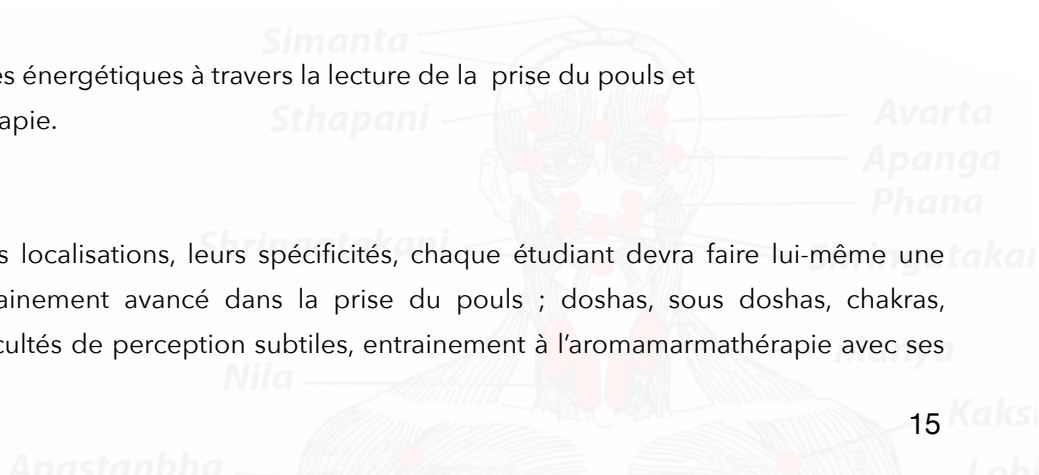
Lieu : Pont en Royans- Isère

### Objectifs

Reconnaître les différents déséquilibres énergétiques à travers la lecture de la prise du poulx et donner un soin adapté en Marmathérapie.

### Résumé du contenu

Connaissance des points vitaux, leurs localisations, leurs spécificités, chaque étudiant devra faire lui-même une planche détaillée des marmas, entraînement avancé dans la prise du poulx ; doshas, sous doshas, chakras, entraînement pour développer les facultés de perception subtiles, entraînement à l'aromamarmathérapie avec ses protocoles.



## Module 16 (summer session) - Prakruti / Vikruti & étude de cas

15- 16 Novembre 2024- 9h à 13h & 15h à 18h

Lieu : visio

### Objectifs

Apprendre à faire une consultation en ligne. Être capable de faire un diagnostic Ayurvédique complet d'un client en utilisant les méthode de questionnement et d'examination et en incluant toutes les notions apprises durant cette formation (prakruti, vikruti, état des dhatus, srotamsi, ojas, tejas, prana, samprapti, hetu, vyadhi marga, dosha gati). Être capable d'interagir et d'écouter votre client. Savoir proposer un protocole de soins adapté à cet individu en respectant ses besoins et limites. Être capable d'expliquer ce protocole de façon claire à votre client.

### Résumé du contenu

Mise en pratique de diagnostic Ayurvédique complet pour but de mettre en oeuvre tout l'enseignement de la 1ère et 2ème année appliqué directement à des cas réels pendant 2 jours. En tout 6 personnes seront reçues, 3 par jour. Chaque personne aura une consultation gratuite de 1h30 et bénéficiera de recommandations Ayurvédiques personnalisées. La consultation sera suivie d'une discussion entre les élèves sur le diagnostic et le protocole de ce client pendant 1h. Enfin, les recommandations seront expliquées à ce client par un élève. Les élèves sont responsables d'amener des clients pour ce module.

---

## Module 17 (summer session) - Intégration/ révision/ tour de table / Conclusion des 2 années de formation

7 décembre 2024- 9h à 13h & 14h à 18h

Lieu : VISIO

### Objectifs

Comment le futur apprenant se projette dans la poursuite de ses études (stage clinique en Inde) et de son installation professionnelle avec ses premiers-es clients-es.

## Module 18 Résidentiel - Stage clinique en Inde ✈️

Février 2025, dates exactes à définir

8h30 à 12h30 & 14h30 à 17h30

Lieu : Vallamkulam, Kerala, Inde

### Objectifs

Avoir une expérience clinique, apprendre de nouvelles méthodes de traitements traditionnels de la science Ayurvédique, s'enrichir de la culture indienne.

### Résumé du contenu

- PANCHAKARMA
- Les désordres Vatta : Diagnostic et traitements
- Les désordres Pitta : Diagnostic et traitements
- Les désordres Kapha : Diagnostic et traitements

Présentiel : 127H en Inde  
35H en Ethnomédecine  
Travaux personnels : 250h répartis sur 7 mois  
Total : 412h  
Evaluation en continue & remise d'un mémoire



# Module 19 (facultatif) : + 930€- Ethnomédecine & Ethnopharmacologie

Juin 2025, dates exactes à définir

8h30 à 12h30 & 14h30 à 17h30

Lieu : 57000 METZ

### Objectifs

- Donner des outils méthodologiques pour mener à bien des projets de valorisation et de développement de thérapeutiques par les plantes
- Recenser les savoirs dits traditionnels sur le terrain.
- Évaluer l'intérêt thérapeutique des plantes d'usage traditionnel
- Valoriser les plantes médicinales et les phytomédicaments dans les soins de santé primaires dans le respect du développement durable.

### Résumé du contenu

Ce module de formation en Ethnomédecine-Ethnopharmacologie appliquée offrent des regards croisés sur les plantes médicinales et les médecines du 21ème siècle dont l'Ayurveda.

## PROGRAMME DU MODULE

|       | LUNDI                                                                                                                         | MARDI                                                                                                                                                                         | MERCREDI                                                                                                                         | JEUDI                                                                                                                                                                                       | VENDREDI                                                                                                                   | SAMEDI |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| 8H30  | ACCUEIL PARTICIPANTS                                                                                                          |                                                                                                                                                                               | ACCUEIL PARTICIPANTS                                                                                                             |                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                            |        |
| 9H00  | Introduction : les enjeux de l'ethnopharmacologie<br><i>Jacques Fleurentin</i>                                                | Méthodologie d'enquêtes ethnographiques (avec 15 min questions) <i>Déborah Kessler-Bilthauer</i>                                                                              | Visite guidée des jardins du Cloître des Récollets <i>Jacques Fleurentin</i>                                                     | Méthodes d'évaluation pharmacologiques et toxicologiques (avec 15 min questions) <i>Jacques Fleurentin</i>                                                                                  | Les conventions sur la biodiversité et leurs conséquences en ethnopharmacologie (avec 15 min questions) <i>Bruno David</i> |        |
| 10H00 | PAUSE                                                                                                                         | ↓                                                                                                                                                                             | ↓                                                                                                                                | ↓                                                                                                                                                                                           | ↓                                                                                                                          |        |
| 10H30 | Traditions thérapeutiques des régions alpines, de Mongolie, du Tibet et d'Arménie (avec 15 min questions) <i>Aline Mercan</i> | PAUSE                                                                                                                                                                         | PAUSE                                                                                                                            | PAUSE                                                                                                                                                                                       | PAUSE                                                                                                                      |        |
| 11H00 |                                                                                                                               | Les guérisseurs d'aujourd'hui en Lorraine (avec 15 min questions) <i>Déborah Kessler-Bilthauer</i>                                                                            | Initiation à la botanique <i>Hervé Brulé</i>                                                                                     | Actualités sur la réglementation des produits de santé à base de plantes (avec 15 min questions) <i>Bernard Weniger</i>                                                                     | Formes d'utilisation des plantes médicinales en phytothérapie (avec 15 min questions) <i>Evelyne Ollivier</i>              |        |
| 12H30 | DÉJEUNER                                                                                                                      | DÉJEUNER                                                                                                                                                                      | DÉJEUNER                                                                                                                         | DÉJEUNER                                                                                                                                                                                    | DÉJEUNER                                                                                                                   |        |
| 14H30 | Traditions thérapeutiques créoles et dans le vòdou haïtien (avec 15 min questions) <i>Bernard Weniger</i>                     | Approche ethnopharmacologique et recherche d'antiparasitaires au Pérou<br>Ethnobotanique et enquête de terrain : méthodologie (avec 15 min questions) <i>Geneviève Bourdy</i> | Visite guidée des jardins du Cloître des Récollets <i>Jacques Fleurentin</i><br><br>Initiation à la botanique <i>Hervé Brulé</i> | Intégration de la médecine traditionnelle dans les systèmes de santé en Afrique<br>Développement de médicaments traditionnels améliorés au Mali (avec 15 min questions) <i>Rokia Sanogo</i> | Réflexion et conseils pour les mémoires <i>Déborah Kessler-Bilthauer</i><br><br>15H30<br>Visite laboratoires Lehning       |        |
| 17H00 | PAUSE                                                                                                                         | PAUSE                                                                                                                                                                         | ↓                                                                                                                                | PAUSE                                                                                                                                                                                       | ↓                                                                                                                          |        |
| 17H30 | Atelier présentation des participants                                                                                         | Projection d'un extrait de film et commentaires                                                                                                                               | Réception à la Mairie de Metz                                                                                                    | Projection du documentaire «En quête des nouveaux herboristes» et commentaires                                                                                                              | 19H30<br>SOIRÉE DE CLÔTURE                                                                                                 |        |

LA MATINÉE PRATIQUE SUR LE STRESS ET LE SOMMEIL ET L'APRÈS MIDI TOURISTIQUE

MODULE ETHNOMÉDECINE : CONCEPTS ET ENQUÊTES DE TERRAIN

MODULE ETHNOPHARMACOLOGIE : ÉVALUATION ET APPLICATION

# ÉQUIPE PÉDAGOGIQUE



**LEILA AMARA**  
RESPONSABLE PÉDAGOGIQUE  
FORMATRICE



**ELOÏSE FIGGE**  
FORMATRICE



**DR. JACQUES FLEURENTIN**  
DOCTEUR EN PHARMACIE  
PRÉSIDENT DE LA SFE



**VINCENT MARÉCHAL**  
FORMATEUR  
PRATICIEN EN AYURVEDA



**JOËLLE CASSANO**  
C.N.V COMMUNICATION  
NON-VIOLENTE



**NICOLAS VIGNERON**  
EXPERT-COMPTABLE  
INSTALLATION PROFESSIONNELLE



**CÉCILE TABARIN**  
DIRECTRICE AGENCE COM  
FORMATRICE REF. WEB



**LAURENT MONTELS**  
VASTU SHAstra



**DR. HARI KUHMAR**  
MEDECIN AYURVÉDIQUE  
MODULE INDE



**DIEGO SANCHEZ**  
MARKETING ETHIQUE &  
ÉCOLOGIQUE



**DR. JAYACHANDRAN**  
VAIDYA EN CANCEROLOGIE  
PRATICIEN HOSPITALIER EN INDE



**DR. VISWAN**  
VAIDYA EN GYNÉCOLOGIE  
PRATICIENNE HOSPITALIERE

## INTERVENANTS ETHNOMÉDECINE & ETHNOPHARMACOLOGIE



**DR BRUNO DAVID**  
NATURALISTE  
PRÉSIDENT MNHN



**DR GENEVIÈVE BOURDY**  
DOCTEUR EN PHARMACIE  
L.R.D TOULOUSE



**DR JEAN-MICHEL MOREL**  
MÉDECIN PHYTOTHÉRAPEUTE  
BESANÇON



**DR DEBORAH KESSLER.B**  
DOCTEUR EN PHARMACOLOGIE  
CHARGÉE DE COURS IRTS METZ



**BERNARD WENIGER**  
MAÎTRE DE CONFÉRENCE STRASBOURG  
HONORAIRE PHARMACOGNOSIE



**DR HERVÉ BRULE**  
DOCTEUR EN PHARMACIE  
PRÉSIDENT DE LA SHNM



**PR ROKIA SANOGO**  
PR AGRÉGÉE PHARMACOGNOSIE  
UNIVERSITÉ DE BAMAKO, MALI



**DR ALINE MERCAN**  
MEDECIN ET ANTHROPOLOGUE  
JARDINS DU MONDE MONTAGNES



**PR EVELYNE OLLIVIER**  
PR DE PHARMACOGNOSIE  
UNIVERSITÉ DE MARSEILLE