



**Académie de formation
Yves Mayer**

**Description des cours
en naturopathie**



YVES MAYER N.D.
ACADÉMIE DE FORMATION

(450) 955-1021

www.etre-mieux-etre.com

Table des matières

Cours obligatoires	4
Alimentation santé I	4
Anatomie et physiologie I et II	4
Anatomie de l'âme	4
Coaching téléphoniques	5
En affaire avec vous	5
Éthique professionnelle	5
Hygiène vitale	5
Le jardin des herbes.....	5
Méthode Maux à mots	6
Ouvertures de dossiers	6
Pharmacie essentielle (aromathérapie).....	7
Rapport avec la sexualité.....	7
Scanner	7
Stage(s)	8
Cours complémentaires	9
Alimentation santé II	9
Auto-hypnose, santé et mieux-être.....	9



Comment se soigner naturellement.....	9
Concept d'équilibre yin-yang.....	10
Élixirs floraux	10
Être en mouvement.....	10
Être Maître.....	10
Être parent.....	11
Le cœur dans la main.....	12
Les sens des maîtres	12
Libération émotionnelle EFT.....	13
Massage suédois.....	14
Massage essénien (digito-méridiens)	15
Réflexologie	15
Radiesthésie.....	16



Cours obligatoires

Alimentation santé I - II et III

Pratique de l'alimentation saine et équilibrée

Durée : 90 heures

Le but de ce cours est de démystifier les divers aliments naturels, de découvrir leurs bienfaits pour notre santé et d'apprendre à les apprêter de façon simple et savoureuse.

Différents thèmes alimentaires seront abordés afin d'ajouter des options équilibrées à votre alimentation. Huiles, céréales, légumineuses, viandes, germinations figurent au menu.

Nous croyons qu'une nutrition saine et équilibrée est indispensable pour une bonne santé. La formation est présentée sur deux volets, le premier est théorique et le second est pratique.

Anatomie, physiologie et pathologies

Durée : 120 heures

Ce cours est une introduction en biologie, anatomie et physiologie. Il s'adresse à tout thérapeute ayant besoin de connaître le corps humain dans le cadre de son travail, ou à toute personne curieuse d'en apprendre plus sur la façon dont nous sommes constitués.

Anatomie de l'âme

Durée : 60 heures

Ce cours se base sur la métaphysique, c'est-à-dire le lien entre le physique, le mental et le spirituel. Vous connaîtrez une autre façon d'apprendre la pathologie, la physionomie et l'anatomie. Nous verrons tous les systèmes suivants :

- Endocrinien
- Nerveux
- Immunitaire et Lymphatique

Centre de formation Yves Mayer

(450) 955-1021

www.etre-mieux-etre.com



- Cardiovasculaire
- Respiratoire
- Digestif
- Génito / Urinaire
- Reproducteur
- Musculaire
- Ostéo - Articulaire
- La Colonne vertébrale
- Tégumentaire
- Sensoriel (Yeux et la Vision) - (Goût - Odorat - Toucher)

Coaching téléphoniques

Afin de partager vos expériences avec les autres étudiants, de poser vos questions sur les différents cours et d'enrichir votre formation, vous devrez participer à 6 rencontres téléphoniques qui ont lieu à chaque deux semaines. Moyennant un micro, des écouteurs et le logiciel Skype, vous pourrez y participer facilement.

En affaire avec vous

La recette pour réussir en affaires

Durée : 30 heures

Cette méthode vous permettra d'acquérir des qualités qui feront de vous un thérapeute recherché. De plus, elle vous donnera des idées pour bâtir des objectifs avec vos clients et d'instaurer un plan pour vos rencontres. Faire un pas à la fois, compter nos nombreux petits succès et retrouver le chemin du bien-être font de cette méthode une réussite.

Éthique professionnelle

Durée : 15 heures

Vous connaîtrez les différentes règles d'éthiques qui encadrent les professions de naturothérapeute et de massothérapeute.

Hygiène vitale

Durée : 45 heures

Centre de formation Yves Mayer

(450) 955-1021

www.etre-mieux-etre.com



Ce cours est la base de la naturopathie où vous verrez les causes de la maladie et les facteurs naturels de santé.

Le jardin des herbes

Durée : 30 heures

Ce cours permet de s'initier à l'utilisation des plantes pour améliorer sa condition de santé. Judicieusement, nous avons choisi vingt et une plantes qui serviront adéquatement pour traiter de nombreux symptômes.

Méthodiquement, nous avons élaboré des formules de plantes thérapeutiques que nous vous proposons et qui, placées en synergie, stimuleront naturellement tous les systèmes du corps humain.

Tout en respectant les propriétés du corps humain, nous nous servons de ce que la nature offre comme pharmacie naturelle.

Méthode Maux à mots

Les mots entraînant les maladies

Durée : 30 heures

«Maladie», «mal-a-dit», «mal-à-dire». Peut-être n'est-ce pas la première fois que vous entendez ce jeu de mots. Et si les malaises et maladies exprimaient des émotions que nous n'avons pas dites? À s'entêter à les refouler, le corps utilise le malaise physique ou la maladie pour les évacuer. Cette formation permet de répondre aux besoins des parents, des enseignants, des chiropraticiens, des psychothérapeutes, des professionnels en médecine traditionnelle, des thérapeutes en médecine alternative ainsi qu'à d'autres intervenants désireux d'ajouter une méthode de relation d'aide dans leur coffre aux trésors. Elle permet d'aider l'autre à trouver les mots pour exprimer ce qu'il vit. Cette méthode est tellement simple que même un enfant peut y jouer!

Ouvertures de dossiers

Centre de formation Yves Mayer

(450) 955-1021

www.etre-mieux-etre.com



Dans le cadre de votre formation, vous devrez offrir des consultations à 50 clients différents. Cela vous permet de mettre en pratique la théorie que vous avez apprise et à bâtir votre clientèle tout en poursuivant vos études. Cette partie est très motivante pour les étudiants et fait souvent l'objet d'échanges lors des rencontres bimensuelles.

Pharmacie essentielle (aromathérapie)

Durée : 30 heures

Vous découvrirez les 15 huiles essentielles les plus utiles pour le thérapeute désireux d'en connaître plus sur la pratique de l'aromathérapie. Ce cours contient la fiche descriptive de chaque huile présentant ses usages et ses propriétés.

Nous vous proposons aussi des synergies d'huiles essentielles que nous avons combinées pour être utilisées avec les différents chakras. Ces mélanges peuvent être très utiles aux massothérapeutes qui veulent apporter une autre dimension à leur approche, ainsi qu'aux autres thérapeutes qui désirent aider leurs clients au niveau émotionnel, spirituel et énergétique.

Rapport avec la sexualité

Durée : 15 heures

Ce cours vise à sensibiliser l'être humain aux différences entre la sensualité, la sexualité et la génitalité. Ces notions sont très importantes pour un thérapeute, puisqu'il a un contact intime avec ses clients. En effet, il connaît beaucoup de choses personnelles à leur sujet et entre même en contact physique lors de la pratique de la massothérapie. Dans un souci d'éthique, il est important d'aider les gens à démêler ces trois notions.

De plus, ce cours traite de l'importance d'une bonne santé sexuelle pour aider au mieux-être. D'un autre côté, il aborde de quelle façon la santé émotionnelle peut elle aussi intervenir sur la sexualité et vice-versa.

Scanner

Durée : 30 heures

Ce cours explore plus de 100 problèmes de santé par des fiches descriptives. Elles permettront de voir autrement les maux qui nous affligent et de trouver de nouveaux moyens pour y faire face. Ceux proposés sont :

Centre de formation Yves Mayer

(450) 955-1021

www.etre-mieux-etre.com



- L'identification des causes émotionnelles;
- La synergie des herbes thérapeutiques;
- La synergie des huiles essentielles;
- La vitaminothérapie;
- La réflexologie;
- Le massage digito-méridien;
- Le gros " bon sens ".

Les problèmes de santé abordés touchent tous les systèmes:

- Endocrinien;
- Nerveux;
- Immunitaire et Lymphatique;
- Cardiovasculaire;
- Respiratoire;
- Digestif;
- Génitaux / Urinaire;
- Reproducteur;
- Ostéo - Articulaire et Musculaire;
- La Colonne vertébrale;
- Tégumentaire;
- Sensoriel (Vision - Goût - Odorat - Toucher).

C'est un excellent outil pour le thérapeute désirant avoir une approche holistique, c'est-à-dire qui tient compte des cinq dimensions de l'être humain : physique, émotionnelle, psychique, spirituelle et énergétique. Ainsi, vous aiderez à résoudre plus efficacement les problèmes de santé de vos clients en connaissant toutes les causes qui peuvent s'y rattacher.

Stage(s)

Durée : 30 heures

Dans le cadre de votre formation, vous aurez à réaliser un ou des stages pour un total de 30 heures. Il peut s'agir de la participation à une journée porte ouverte, à des activités de démonstration, à l'animation de conférences, etc. Renseignez-vous auprès de la direction pour connaître les modalités et faire approuver votre choix de stage(s).

Centre de formation Yves Mayer

(450) 955-1021

www.etre-mieux-etre.com



Cours complémentaires

(au choix)

Alimentation santé II

Durée : 30 heures

(suite du cours Alimentation santé I)

Auto-hypnose, santé et mieux-être

Durée : 15 heures

Le cours commence par des explications théoriques sur la nature du processus hypnotique et sur les façons dont chacun vit cet état naturellement et au quotidien.

Cela permet de comprendre la différence qui existe entre l'état hypnotique naturel et celui qui est induit dans un but précis de développement personnel, d'amélioration de soi-même ou dans un but thérapeutique. En effet, il est possible par un processus codifié de se mettre volontairement dans sa propre transe hypnotique (autohypnose).

L'expérimentation de plusieurs trances hypnotiques guidées par l'enseignant vous prépare, ainsi que votre subconscient, à la réception d'ancrages hypnotiques en vue d'initier vous-mêmes ultérieurement vos autohypnoses.

Grâce à la pratique des différentes méthodes et exercices d'entrée et de sortie de l'état hypnotique, vous acquérez ce savoir-faire et apprenez à formuler et à concevoir vous-mêmes vos propres suggestions.

Les thèmes de la douleur et de sa prise en charge sont aussi traités lors de ce cours.

Comment se soigner naturellement

Durée : 30 heures

Ce cours permet de connaître ce que la nature nous offre pour nous permettre de prendre soin de nous à différentes étapes de la vie. Ainsi, vous découvrirez les différents soins naturothérapeutiques qui peuvent être utilisés par la femme de la conception à la naissance d'un enfant et par un enfant de sa naissance jusqu'à la petite enfance. Vous apprendrez aussi comment se soigner avec l'argile, les bains thérapeutiques et l'huile de ricin.

Centre de formation Yves Mayer

(450) 955-1021

www.etre-mieux-etre.com



Concept d'équilibre yin-yang

Durée : 30 heures

Cette formation sert d'initiation à la médecine traditionnelle chinoise. Vous verrez dans ce cours :

- Les tableaux de la médecine chinoise ;
- La loi des 5 éléments ;
- Comment faire un diagnostic par les émotions et les éléments ;
- Les douze méridiens principaux ;
- Les types et les tempéraments ;
- Êtes-vous de type Métal, Bois, Feu, Eau, Terre ;
- Un questionnaire sur les éléments ;
- Les grandes causes des désordres pathologiques ;
- et plus encore...

Élixirs floraux

Durée : 30 heures

Les élixirs floraux sont basés sur l'aspect énergétique des fleurs et servent à intervenir sur cet aspect de l'être humain. Ainsi, ils sont utilisés pour modifier les déséquilibres émotionnels, le caractère, la personnalité, le tempérament ou les attitudes des individus. Selon différentes émotions vécues, des élixirs vous seront conseillés afin de rétablir l'équilibre physique, émotionnel, mental et spirituel de la personne qui consulte.

Être en mouvement

Durée : 15 heures

Nous savons tous que l'exercice est un facteur de prévention du vieillissement des cellules. Tirés du livre «Le Guerrier pacifique» de Dan Millman, douze mouvements vous sont proposés afin de garder la souplesse et la jeunesse. Ils permettront d'assouplir et de lubrifier vos articulations, de mieux faire circuler votre énergie et de vous sentir plus détendus. Ces exercices peuvent être recommandés à des clients qui veulent doucement se réconcilier avec l'activité physique et ce dans le confort de leur maison.

Être Maître

Durée : 60 heures

Pour votre développement personnel ou celui de vos clients, ce cours vous invite à faire la croisière de votre vie. Vous visiterez 7 îles où se cachent des trésors qui vous permettront de retrouver le bonheur, la confiance en vous et en votre chemin de vie. Nous traînons souvent avec nous une accumulation de peurs, qui nous viennent de nos parents, de proches, de notre société, du passé. Elles nous empêchent

Centre de formation Yves Mayer

(450) 955-1021

www.etre-mieux-etre.com



de poursuivre notre vie vers où nous aimerions qu'elle aille. Nous écoutons ces peurs et nous nous croyons incapables d'être qui nous voulons et de réaliser les projets qui nous allument. Ce cours vous invite à faire un voyage pour changer votre vie, à déposer vos fardeaux et à redécouvrir vos talents, vos qualités et vos ressources. Vous vous permettrez de faire la croisière de votre vie et vous pourrez aider les autres à le faire.

Être parent

L'enseignement du moment présent

Durée : 30 heures

Être parent aujourd'hui... Pas facile, direz-vous ! Cette formation s'adresse à tous parents ou à tous thérapeutes accompagnant des parents et leurs enfants.

Beaucoup d'enfants aujourd'hui sont diagnostiqués avec des troubles de comportement. Et si ces enfants nous amenaient à changer la perception de ce qu'est un enfant? Que nous les appelons "enfants indigo " ou " nouveaux enfants ", nous nous rendons de plus en plus compte qu'ils ont des choses à nous apprendre et qu'il est temps de ne plus les voir comme des enfants malades.

Ils sont intuitifs, créatifs, sensibles, pleins d'énergie, de conscience et d'amour. Ils préfèrent choisir eux-mêmes ce qui leur convient et ils manifestent souvent des aptitudes géniales dans ce qui les intéresse. Ils apprennent plus facilement par l'expérience que par la théorie.

Par cette formation, nous vous invitons à découvrir ce qu'ils sont, leurs rôles, leurs façons d'être et d'agir et des façons de mieux les accompagner à l'école et à la maison.

Nous verrons ensemble :

- L'enfant et sa mission de vie
- L'enfant et son contrat de vie
- L'enfant qui éponge
- L'enfant qui nous fait voir les douze couleurs
- L'enfant Maître enseignant
- Le parent qui observe
- Le parent qui écoute
- Le parent qui accompagne

Centre de formation Yves Mayer

(450) 955-1021

www.etre-mieux-etre.com



- Le parent qui n'est pas le parent
- et plus encore...

Le cœur dans la main

Durée : 15 heures

Vous apprendrez le massage des mains par la réflexologie et par la méthode digito-méridiens, ainsi que sept méthodes de relation d'aide pour approcher les gens.

Ce massage est l'instrument idéal pour entreprendre une approche axée sur la coeurologie (relation d'aide) avec un client. Elle permet de détendre la personne qui consulte, de la faire sentir plus en confiance et de parler plus facilement de difficultés qu'elle vit.

Vous apprendrez à connaître les différents points d'acupuncture qui sont reliés à des malaises et à des émotions. Ainsi, vous pourrez écouter ce que le corps dit et aider la personne à mettre des mots sur ce qu'elle ressent. L'expression "avoir le cœur sur la main" fait référence au cœur en tant que siège des émotions. De plus, selon la médecine traditionnelle chinoise, l'énergie du cœur se situe dans la main. Les mains peuvent donc nous parler, nous dire quelles sont les émotions vécues par le cœur.

Tendre les mains à quelqu'un, lui permettre que son cœur soit touché, tel est l'objectif premier de cette formation.

Les sens des maîtres

Durée : 30 heures

L'être humain n'est pas très différent des autres êtres vivants. Comme chaque chose sur notre planète, il a un rôle à jouer. Par exemple, une fleur peut avoir son rôle propre dans l'écosystème. La façon dont elle est constituée lui permet de remplir totalement son rôle, ce qui la rend parfaite. Dans ce sens, chaque personne naît dans la perfection de l'Être, puisqu'elle a les caractéristiques qui lui permettront de bien jouer son rôle. Toutefois, en cours de route, nous perdons peu à peu contact avec nos talents, nos qualités et nos ressources. Nous pouvons nous sentir perdus et oublier le sens de notre vie. Nous sommes en déséquilibre, un peu comme la planète lorsqu'un changement est apporté à sa constitution.

Cette formation a pour but de vous sensibiliser à de nouveaux moyens de retrouver l'équilibre. Selon plusieurs approches, nous sommes constitués de plusieurs corps, de chakras et de glandes

Centre de formation Yves Mayer

(450) 955-1021

www.etre-mieux-etre.com



endocriniennes. Vous apprendrez comment vous sentir plus en équilibre par les couleurs, le mouvement, la méditation guidée et les pierres précieuses.

Libération émotionnelle EFT

Durée : 30 heures

La technique de libération émotionnelle EFT (Emotional Freedom Technique) est une forme d'acupression pour libérer les émotions négatives.

C'est une méthode :

- rapide,
- efficace,
- amusante,
- facile à apprendre.

Elle donne des résultats de longue durée, même permanents et apporte souvent un soulagement là où d'autres thérapies ont échoué. Cette méthode est utile pour toutes les émotions négatives telles que :

- tristesse,
- peur,
- phobie,
- colère,
- dégoût,
- honte,
- anxiété,
- culpabilité, etc...,

Elle peut également aider à résoudre les problèmes physiques : douleurs, maigreur, obésité, mauvaise image de soi, etc., ou à vous défaire de certaines manies :

- tabagisme,
- envies compulsives,
- se laver les mains souvent,
- bégaiement,
- etc.

Centre de formation Yves Mayer

(450) 955-1021

www.etre-mieux-etre.com



Il s'agit de tapoter ou de frotter doucement certains points d'acupuncture spécifiques situés sur nos méridiens. En tapotant ainsi tout en pensant à ce qui nous dérange, on équilibre les méridiens perturbés et on ancre quelque chose de positif dans notre cerveau, un peu comme par l'hypnose. Vous conservez la mémoire de l'évènement qui vous a dérangé, mais n'en ressentez plus la charge émotionnelle qui l'accompagnait. C'est dire comme cette méthode peut trouver de nombreuses utilisations.

Les enfants l'adorent, car elle les aide à gérer de nombreux petits maux au quotidien : peurs ou phobies (du noir, des araignées, de l'école...), colères, moqueries, anxiété de séparation, pipi au lit, ...

Son efficacité est sans pareil pour se débarrasser des craintes, peurs et phobies et est d'une rapidité époustouflante. De nombreuses recherches scientifiques démontrent son efficacité et de plus en plus de thérapeutes utilisent cette technique puisque les résultats sont rapides et encourageants pour le client.

Massage suédois

Cours théorique

Durée : 30 heures

Ce cours théorique permet de s'initier aux différentes manœuvres utilisées pour le massage suédois, ainsi qu'à leurs différents effets physiologiques sur la peau, la musculature, le système nerveux, la digestion, la respiration et le système lymphatique. Il aborde aussi l'histoire de la massothérapie, les règles à adopter lors d'un massage, les contre-indications, l'utilisation des huiles et de leurs propriétés, etc.

Cours pratique

Durée : 50 heures

Le massage suédois est la technique la plus utilisée par les thérapeutes. Dynamique, elle vise à dissoudre les tensions et à raffermir les muscles et les articulations. Son effet tonifiant et relaxant favorise la circulation sanguine et lymphatique et l'élimination des toxines, et aide le corps à retrouver son équilibre naturel.

Ce cours fournit aux étudiants les techniques et visera à développer les habiletés pratiques pour réaliser un massage relaxant et un massage thérapeutique selon la technique suédoise. Dans la première partie de ce cours, l'étudiant sera appelé à effectuer une évaluation clinique avant de pratiquer les techniques de massage avec des collègues étudiants. L'étudiant recevra au préalable une formation concernant la relation potentiellement confuse entre les notions de massage et de sexualité afin de donner les outils nécessaires pour réagir adéquatement à des situations problématiques. La connaissance des contre-indications au massage, les techniques de massage suédois et les effets du massage sur les systèmes physiologiques seront intégrés aux apprentissages techniques.

Centre de formation Yves Mayer

(450) 955-1021

www.etre-mieux-etre.com



Vous apprendrez l'aspect technique qui comporte plusieurs manoeuvres (effleurage, pétrissage, friction, percussion et vibration).

Massage essénien (digito-méridiens)

Cours théorique

Durée : 60 heures

Ce cours aborde la théorie qui vous permettra de donner le massage essénien avec une meilleure compréhension de son essence. Il peut aussi servir à pratiquer l'acupression. Il présente les lois énergétiques du Yin et du Yang ainsi que des cinq éléments (terre, métal, eau, bois, feu). De plus, vous apprendrez la localisation des douze méridiens et la signification des 365 points d'acupuncture pour traiter différents maux.

Cours pratique

Durée : 50 heures

Pour visionner une présentation du massage essénien :

http://www.youtube.com/watch?v=dPKMh5_N_iM

En tant que thérapeute, il est important d'offrir un service qui vous différencie de la concurrence. Le massage essénien est une technique qui sera très appréciée par votre clientèle puisqu'elle apporte de nombreux bienfaits. Inspirée de la médecine traditionnelle chinoise, cette technique procède par pressions glissées sur les trajets des méridiens. Il s'agit d'un massage à l'huile qui est fluide et enveloppant. Ce massage permet un travail au niveau énergétique, au même titre que l'acupuncture, émotionnel et physique. Il est détoxifiant, équilibrant, excellent pour les organes et pour retrouver son énergie.

Réflexologie

Durée : 30 heures

La réflexologie est une médecine douce fondée sur le principe qu'il y a dans les extrémités (pieds, mains et tête) des points réflexes qui correspondent à chaque partie du corps. Elle se pratique en effectuant une pression soutenue sur des zones et des points réflexes, à l'aide du bout des doigts. Cette technique relâche les tensions, améliore la circulation sanguine et favorise un meilleur fonctionnement de

Centre de formation Yves Mayer

(450) 955-1021

www.etre-mieux-etre.com



l'organisme. Elle peut apporter un soulagement aux migraines, maux de dos, syndrome prémenstruel, stress, troubles respiratoires, effets indésirables de la chimiothérapie, etc.

Radiesthésie

Durée : 30 heures

La radiesthésie consiste en l'utilisation du pendule pour entrer en contact avec les réponses qui sont dans l'inconscient. Elle peut être utilisée pour avoir de l'information sur les besoins nutritionnels d'une personne, par exemple ses carences en nutriments, ses allergies ou intolérances alimentaires, les aliments qui lui sont bénéfiques, etc. Elle peut aussi servir à identifier les causes des malaises et maladies, ainsi que l'aspect émotionnel derrière ceux-ci.

