

FORMATION  
PROFESSIONNELLE

# Coach en santé globale

ACCOMPAGNER  
LE RETOUR À  
L'ÉQUILIBRE



PROMO 2021-2023

DÉCLIC FORMATIONS, 172BIS ROUTE DE LENS, 62223 SAINTE-CATHERINE. | E-MAIL : [declic.hdf@gmail.com](mailto:declic.hdf@gmail.com) | FACEBOOK : DÉCLIC FORMATIONS

[WWW.DECLICFORMATIONS.COM](http://WWW.DECLICFORMATIONS.COM)

# Les fondamentaux de la santé globale

La santé globale, ou holistique, concerne toutes les dimensions de l'être. L'objectif de cette approche est la préservation de la santé physique, mentale, émotionnelle et spirituelle, et le développement des processus naturels de régénération.

Cette démarche de compréhension du vivant utilise différents outils qui permettent de comprendre les causes de nos dysfonctionnements organiques et psycho-émotionnels.

*La santé c'est être en accord avec soi,  
vivre en fraternité avec autrui  
et en harmonie avec la nature.*

*La santé c'est  
la joie de vivre !*

## Les objectifs de la formation

Mieux se connaître pour mieux accompagner les autres.

Accompagner le retour à l'équilibre, c'est guider une personne vers un climat intérieur et extérieur favorable, pour que ses capacités d'auto-guérison puissent s'exprimer pleinement. La santé s'installe durablement (ou revient) quand nous nous plaçons dans un environnement non-limitant, c'est à dire dans un environnement harmonieux qui va renforcer notre énergie vitale : hygiène de vie, alimentation, activité physique, lien avec la Nature, mais aussi environnement psycho-émotionnel, relation à soi et à l'autre.

Lors de cette formation nous étudierons le fonctionnement psycho-physiologique de l'humain et les méthodes naturelles de retour à l'équilibre. Ce cursus vous apportera la connaissance théorique et pratique des outils fondamentaux de la naturopathie, ainsi que des techniques majeures de gestion du stress et des émotions.

A l'issue de la formation, les participants seront en mesure de :

- réaliser un bilan de vitalité,
- établir une stratégie naturelle de retour à l'équilibre,
- conseiller et accompagner une personne afin de la rendre autonome dans la mise en œuvre de techniques de gestion émotionnelle, de gestion du stress, d'hygiène de vie, de réforme alimentaire, et de renforcement de l'organisme.

*En aucun cas cette formation ne prétend à un contenu médical. Les approches et techniques de bien-être dispensées sont complémentaires de la médecine allopathique et ne remplaceront jamais un traitement médical ni l'avis du médecin.*

# A qui s'adresse la formation ?

Toute personne désireuse de retrouver sa responsabilité vis-à-vis de sa santé sur les plans physique et psycho-émotionnel, en privilégiant la prévention et les méthodes naturelles.

Personne exerçant un métier dans le domaine de la santé ou de l'accompagnement, et qui souhaite élargir son approche (ex : infirmière, kiné, sophrologue, éducateur, professionnel de la relation d'aide...)

Personne projetant une reconversion professionnelle dans le domaine de l'accompagnement et du bien-être.

Salarié, chef d'entreprise, travailleur indépendant, professionnels de santé, travailleurs sociaux, enseignants, responsables de ressources humaines, dirigeants d'entreprise, entraîneurs sportifs, et toute personne qui souhaite s'inscrire dans une démarche de développement personnel et professionnel.

**Pré-requis** : le niveau baccalauréat est souhaitable, mais lors de la sélection nous nous attacherons plutôt à la motivation du candidat et à ses qualités personnelles. Bienvenue à toute personne ayant la volonté de travailler sur elle-même pour mieux accompagner les autres dans leur démarche de santé globale.

## Déroulement et méthodes pédagogiques

Formation en présentiel, sur une durée de 3 ans : 450 heures de cours soit 150 heures par an, réparties en 22 jours de formation par an (10 week-ends) dont un WE de 4 jours en séminaire résidentiel.

Le temps de travail personnel conseillé est de 15h par mois environ, ce qui porte la durée à consacrer à la formation à 990 heures sur 3 ans.

Modalités d'évaluation et certification : une évaluation par an et par module. Certificat de formation accordé à l'issue de la remise d'un travail de synthèse de fin d'études (sous réserve de présence à tous les modules).

Les formateurs utilisent principalement les méthodes participatives, interactives et dynamiques qui alternent apports théoriques, exercices pratiques et mises en situation. Ils s'appuient également sur l'expérience des participants et sur leur vécu professionnel et personnel, pour construire le déroulement des journées de formation.

Des supports format pdf seront remis aux participants.

**Lieu** : Arras (sauf séminaire résidentiel : dans la campagne près d'Arras).

*Chacun doit trouver son rêve. Alors son chemin devient facile (H.Hesse)*



# Le programme

La formation s'organise autour de 6 modules indissociables pour une approche globale de la santé : ce programme est une association unique de connaissances, de compétences et d'outils puissants, pragmatiques et pratiques. Notre pédagogie prévoit une étude progressive de chaque matière répartie sur les 3 années.



## STRESS ET ÉMOTIONS

### Retrouver un climat émotionnel favorable

*Anatomie-physiologie du système nerveux ; thérapies psycho-corporelles (sophrologie, EFT, hypnose, méditation...) ; techniques de relaxation ; pratiques respiratoires ; techniques d'expression des émotions...*



## ALIMENTATION

### Soutenir la régénération par l'alimentation

*Anatomie-physiologie du système digestif ; nutriments et micro-nutriments ; modes alimentaires adaptés ; lien environnement-aliments-santé ; accompagner la transition alimentaire...*



## RELATIONNER

### Communiquer harmonieusement avec soi-même et les autres

*Communication bienveillante et efficace ; relation thérapeutique et coaching de vie...*



## RENFORCER SON SYSTÈME ADAPTATIF

### Encourager les processus physiologiques naturels de renforcement de l'énergie vitale

*Anatomie-physiologie (systèmes endocrinien, immunitaire...); équilibres vitaux ; hygiénisme ; pratiques de renforcement ; cures naturopathiques ; détoxination ; jeûne ; hydrologie...*



## PSYCHO-ÉNERGÉTIQUE

### Équilibrer les corps subtils

*Thérapies informationnelles et quantiques ; soins énergétiques ; bio-résonance...  
[Années 2 et 3]*



## BIO-THÉRAPIES

### Utiliser les cadeaux de la Nature

*Huiles essentielles ; Fleurs de Bach ; phytologie ; argile...  
[Années 2 et 3]*

Retrouvez un descriptif détaillé de chaque module sur notre site internet [www.declifformations.com](http://www.declifformations.com)

# L'équipe pédagogique

Déclic est spécialiste de la formation continue depuis 32 ans. Tous nos formateurs sont des professionnels expérimentés. Fascinés par l'humain, nous avons à cœur de transmettre ce qui nous fait vibrer au quotidien dans nos métiers ! Nous avons construit ce programme de formation autour de ce qui, d'après notre expérience, nous semble essentiel pour tout thérapeute, accompagnant, consultant, coach, formateur... Avec passion, humilité et amitié, nous voyagerons avec vous sur ce magnifique chemin d'apprentissage de la Vie !

## LAURENCE LEMAIRE

Thérapeute de couple et de famille, hypnose, EFT, formatrice en développement personnel et communication, chargée de cours à l'Université d'Artois.



## FRÉDÉRIC GUFFROY

Coach en santé globale spécialisé en hypnothérapie, psychothérapie, sophrologie, EFT. Enseignant à l'Université d'Artois, consultant, formateur en développement personnel.

## HERVÉ PAYEN

Praticien en bio-résonance et thérapies quantiques, jardinier permaculteur, formateur en développement personnel.



## NATHALIE WHEATLEY

Naturopathe iridologue, professeur de yoga traditionnel, formatrice en naturopathie, responsable des cures au centre l'Hirondelle Bleue, coach en santé globale.

*Soyons le changement  
que nous voulons  
pour le monde*

## DR. AMANDINE DEBRAY

Médecin généraliste, fondatrice du Centre de médecine intégrative l'Hirondelle Bleue.

## INTERVENANTS COMPLEMENTAIRES

Spécialistes reconnus dans leur domaine, passionnés, ils viendront le temps d'une journée transmettre leurs connaissances et partager leur expérience de santé globale.

Retrouvez le profil détaillé de chaque intervenant sur notre site internet [www.decliformations.com](http://www.decliformations.com)

# Frais pédagogiques

Frais d'inscription : 200€ (la première année uniquement)

Coût par année : 1950€ payables en janvier et en mars.

50€ de remise si paiement intégral en janvier.

A prévoir en supplément : frais d'hébergement pour le stage résidentiel de 4 jours au mois de mai (280€ environ) + achat de livres facultatifs mais que vous aurez envie de dévorer 😊

Déclic est un organisme « datadocké », la prise en charge par la formation professionnelle est donc possible (sous certaines conditions). Cette action peut entrer dans le champ de la formation professionnelle, dans le cadre de dispositifs intra et inter-entreprises, encadrés par l'employeur (Plan de formation, Période de professionnalisation...).

Pour toute demande d'inscription et/ou tout dossier de prise en charge contactez Claire par mail à

**[declic.hdf@gmail.com](mailto:declic.hdf@gmail.com)**

*Consacrer du temps à l'essentiel*

## Le planning 2021

10 week-ends (dont un WE de 4 jours) par an, sur 3 ans.

- 23-24 janvier : « Relationner » + « Renforcer son système adaptatif »
- 13-14 février : « Stress et émotions »
- 13-14 mars : « Alimentation »
- 10-11 avril : « Renforcer son système adaptatif »
- 13-16 mai : stage résidentiel. Mises en pratique tous modules.
- 19-20 juin : « Stress et émotions »
- 11-12 septembre : « Alimentation »
- 9-10 octobre : « Stress et émotions »
- 20-21 novembre : « Stress et émotions » + « Renforcer son système adaptatif »
- 11-12 décembre : « Alimentation »

N'oubliez pas de prévoir du temps pour le travail personnel.

Planning 2022 et 2023 sur le site [www.declicformations.com](http://www.declicformations.com).

