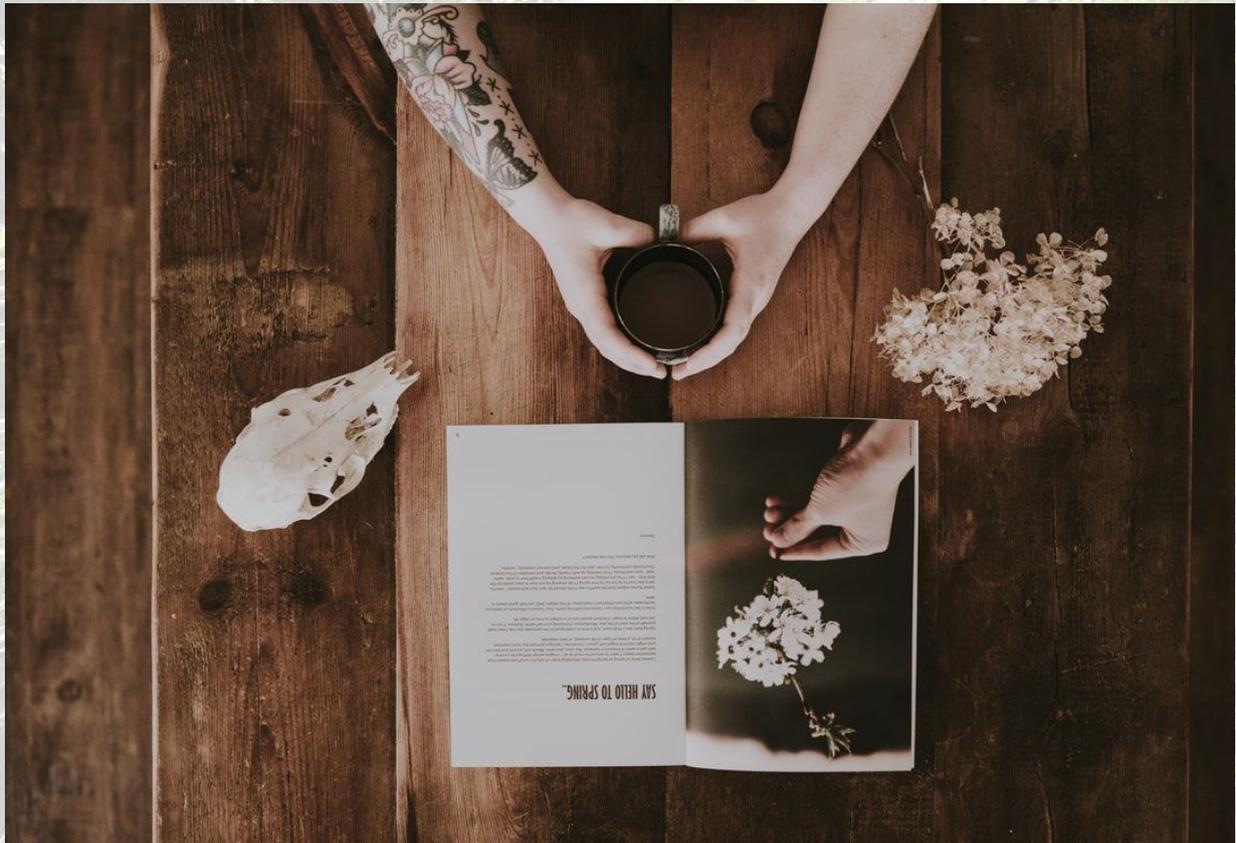




*Sensoria Sagesse de femme* महिलाओं की बुद्धि



# Catalogue et Programmes des Formations Sensoria Sagesse de Femme 2025 Créations et méthodes Sandrine Sansano

Sensoria Sagesse de femme  
Centre de formation aux métiers du bien être  
n°siret : 51862370700016

Organisme de formation enregistré auprès du préfet de la région centre sous le n° 24 41 01093 41  
Centre de formation dataadocke :Id-DD 0048164

certifié Qualiopi certificat n° B06172 actions formation par ICPF

Mise à jour 03 juin 2025



Les bienfaits des techniques holistiques appliquant les lois de la nature où on considère les personnes dans leur globalité (physique, psychologique, énergétique) ne sont plus à démontrer.

La naturopathie, les massages bien être, les techniques énergétiques, le magnétisme, le chamanisme... sont des pratiques millénaires respectant ces principes qu'hyppocrate appliquait, il disait « la nature est guérisseuse » « l'homme est considéré dans sa globalité » ...

Toutes ces techniques font partie d'une philosophie de vie à appliquer car on ne peut aider les autres si on n'a pas soi même avancé sur son propre chemin de vie....

**Sommaire :**

- p4 Qui suis-je
- p5 Contacts
- p6 Présentation des formations
- p7 Modalités pédagogiques pour toutes les formations
- p9 Formations longues
- p10 Praticien-ne en massages bien être
- P11 Méthodes de libération émotionnelle
- p14 Naturopathie
- p16 Praticien-ne en techniques quantiques
- p18 Formations à la carte
- p19 Phyto-aromathérapie
- p21 Gestion du stress/Coach bien être
- p22 Massages bien être à la carte
- P23 Recherche de la cause originelle et des causes grâce à l'outil de kinésiologie
- p24 Tarifs
- p26 Programme complet de la formation naturopathie

Sensoria Sagesse de femme  
Centre de formation aux métiers du bien être  
n°siret : 51862370700016

Organisme de formation enregistré auprès du préfet de la région centre sous le n° 24 41 01093 41  
Centre de formation dataadocke :Id-DD 0048164

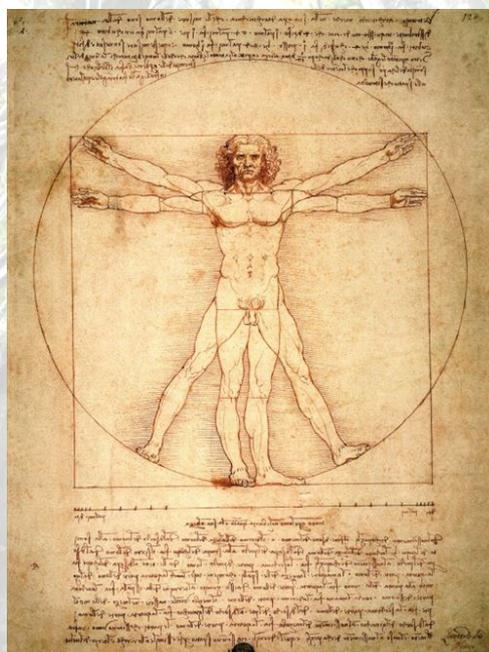
**certifié Qualiopi certificat n° B06172 actions formation par ICPF**

Mise à jour 03 juin 2025



*Sensoria Sagesse de femme* महिलाओं की बुद्धि

Un centre de formation où la qualité et la bienveillance sont les priorités  
Région Occitanie, Centre Val de Loire



Sensoria Sagesse de femme  
Centre de formation aux métiers du bien être  
n°siret : 51862370700016

Organisme de formation enregistré auprès du préfet de la région centre sous le n° 24 41 01093 41  
Centre de formation datadocke :Id-DD 0048164

certifié Qualiopi certificat n° B06172 actions formation par ICPF

Mise à jour 03 juin 2025



Qui suis-je ? :



Sandrine SANSANO, Fondatrice de Sensoria Sageesse de Femme  
Formatrice et Thérapeute Holistique spécialisée dans l'accompagnement systémique des traumatismes

Professeure de yoga spécialisée dans les problèmes liés à l'âge et les problèmes féminins (ménopause, endométriose ...)

Depuis 1996, professionnelle des métiers du bien être et des techniques holistiques

Diplômée d'Etat en 1996 dans les métiers du bien être, passionnée par ces domaines je n'ai cessé de me former et de pratiquer depuis.

En 2012, j'ai décidé de créer mon centre de stages et formations professionnelles et d'en faire un lieu de convivialité, cocooning, à dimension humaine, en toute simplicité où la bienveillance est privilégiée.

Depuis 2012, je me suis spécialisée dans l'aide aux femmes au travers de mes différentes techniques, des ateliers de cercles ou de retraites de femmes dédiés ont lieu à Sète et à Blois : au travers des cercles de parole, de la danse, du chant, de la méditation, des techniques ancestrales au son de musique et chants, au son du tambour ou autres instruments propices à la méditation et du yoga

Je dispense les stages et formations à Sète ma ville de coeur à côté de Montpellier et à Blois où sont mes racines entre Tours et Orléans.

Mon cursus :

- Naturopathe pratique en autodidacte de la naturopathie depuis 1996, formée et qualifiée au CNFDI
- Magnétiseuse formée auprès de Pascal Diez magnétiseur (amplitude formation) et membre de l'Association des Guérisseurs de France
- Praticienne en soins énergétiques premiums formée en présentiel par le Dr Luc Bodin, médecin généraliste spécialisé en cancérologie et médecine quantique et membre des élèves du Dr Luc Bodin
- Professeure de yoga spécialisée dans les problèmes liés à l'âge et les problèmes féminin (ménopause, endométriose, prémenstruel ...) et praticienne en hypnoméditation avec l'école et la Fédération Green Yoga et membre du syndicat des professeurs de green yoga
- Formation en harmonisation globale du Dr Thérèse Quillé médecin généraliste et homéopathe
- Esthéticienne diplômée d'État en BTS esthétique cosmétique au lycée Camille Claudel de Fréjus
- Socio esthéticienne à but humanitaire et social diplômée d'État en capacité socio esthétique à but humanitaire et social avec l'école le CODES à l'hôpital Bretonneau de Tours
- Praticienne en massages\* bien être qualifiée
- Animatrice professionnelle diplômée d'État en BEATEP (Brevet d'État d'Animateur Technicien de l'Education Populaire)
- Enseignements du thérapeute ACT et des constellations du vivant avec l'école Nature Conscience Chamanisme
- Retraite méditative et enseignements du Bouddhisme Tibétain sur la mort au Temple de Lerab Ling
- Suit des enseignements chamaniques avec des chamans de différentes traditions depuis 2017

**Les formations que je vous propose sont issues de tous les enseignements, mises en pratique et savoirs faire acquis depuis 1996**

Sensoria Sageesse de femme  
Centre de formation aux métiers du bien être  
n°siret : 51862370700016

Organisme de formation enregistré auprès du préfet de la région centre sous le n° 24 41 01093 41  
Centre de formation datadocke :Id-DD 0048164

**certifié Qualiopi certificat n° B06172 actions formation par ICPF**

Mise à jour 03 juin 2025



*Sensoria Sagesse de femme* महिलाओं की बुद्धि

**Contact :**

Sensoria Sagesse de Femme  
51 rue de Villiersfins  
41000 BLOIS

Sensoria Sagesse de Femme  
Résidence Mer et Soleil  
Avenue Jean Monnet  
34200 SETE

06 73 41 80 05

[contact@formations-sensoria.fr](mailto:contact@formations-sensoria.fr)  
<https://www.formations-sensoria.fr/>

Sensoria Sagesse de femme  
Centre de formation aux métiers du bien être  
n°siret : 51862370700016

Organisme de formation enregistré auprès du préfet de la région centre sous le n° 24 41 01093 41  
Centre de formation datadocke :Id-DD 0048164

**certifié Qualiopi certificat n° B06172 actions formation par ICPF**

Mise à jour 03 juin 2025



# Présentation des formations

## Formations à la carte

- Conseiller en Phyto-Aromathérapie familiale
- Conseiller en Gestion du stress/Coach bien être
- Recherche des causes des maux grâce au test musculaire de kinésiologie
- Massages bien être :

### Approche du massage tout en douceur

#### Massages publics spécifiques :

- Massage femme enceinte ou personne très angoissée
- Massage personnes âgées ou à mobilité réduite et massage personnes alitées
- Formation massage sportif (massage de récupération et de préparation) (massage adapté aux personnes sédentaires pour restructurer les fibres musculaires)

#### Massages détox :

- Méthode LHOVE® Massage et techniques détox physique et émotionnelle du Hara (massage, respiration, assanas, pranayama, alimentation, HE...) pour le ventre
- Massage détox « minceur » spécial cellulite, jambes lourdes et remodelage

#### Réflexologies :

- Réflexologie plantaire de relaxation
- Réflexologie faciale globale + réflexologie anti âge
- Réflexologie palmaire de relaxation

#### Shiatsu de réharmonisation et massages issus de la médecine traditionnelle chinoise :

- AMMA shiatsu assis
- Shiatsu corps (relaxation et réharmonisation)
- Shiatsu visage/crâne :
- Massage traditionnel chinois tuina (relaxation et réharmonisation)
- Auto massage DO IN

#### Massages avec outils :

- Massage aux pochons d'herbe
- Massage aux pierres chaudes
- Massage et bain sonore aux bols chantants (bols tibétains)

#### Massages traditionnels d'un pays :

- Massage suédois/californien : Suède et Amérique
- Massage ayurvédique (Abhyanga) : Inde

## Formations longues de praticiens/praticiennes

- **Praticien(ne) en techniques quantiques : magnétiseur, énergéticien et radiesthésiste (magnétisme, énergétique, radiesthésie, bain sonore aux bols chantants)**
- **Formation Naturopathe ou Conseiller en Naturopathie**
- **Formation Praticien(ne) en Massages bien être (SPA praticien)**
- **Les méthodes de Libération Emotionnelle : Méthodes protégées et uniques en France**

#### -Méthode ESCALE®

Eveil des Sens par la Créativité et l'Art pour la Libération Emotionnelle

#### -Méthode LHOVE® de libération physique et émotionnelle du Hara:

Formation massage et techniques détox spécial ventre (détox des organes et libération émotionnelle)

Sensoria Sagesse de femme  
Centre de formation aux métiers du bien être  
n°siret : 51862370700016

Organisme de formation enregistré auprès du préfet de la région centre sous le n° 24 41 01093 41  
Centre de formation datadocke :Id-DD 0048164

certifié Qualiopi certificat n° B06172 actions formation par ICPF

Mise à jour 03 juin 2025



## Modalités pédagogiques pour toutes les formations

### Nature et caractéristiques de l'action de formation

La catégorie prévue à l'article L.6313-1 (type d'action) est : Actions d'acquisition, d'entretien ou de perfectionnement des connaissances

### Accès aux formations :

- l'accès aux vidéos est disponible dès l'inscription si le règlement est effectué sur le site internet par CB ou dès réception du règlement par chèque

- Dans le cas d'une prise en charge, la formation sera accessible au 1er jour de la formation de financement indiquée dans le devis.

- pour le présentiel des dates sont proposées plusieurs fois dans l'année



### Moyens pédagogiques :

- Fascicules « papier » sur la pratique remis aux stagiaires pour la formation en présentiel (support de cours) téléchargeables et imprimables sur la plateforme E-learning
- E-learning accessible en illimité pour la préparation des cours en Amont
- Les cours se déroulent de façon active avec participation des stagiaires
- Pour les formations massages et quantiques, démonstration des techniques sur modèle (les stagiaires sont à la fois les praticiens et les modèles lors des regroupements en présentiel)
- Vidéo projecteur et écran pour le présentiel
- **Accessibilité :**

Formation accessible aux personnes en situation de handicap.

Des aménagements sont possibles (contacter la formatrice pour ces aménagements afin de permettre de suivre la formation dans les meilleures conditions possibles)

Suivi en dehors du présentiel :

- Suivi via la plateforme de formation à distance dédiée : la formatrice a accès aux statistiques de connexion ainsi que les résultats des évaluations de chaque stagiaire.

- via un forum permettant de communiquer entre les stagiaires et avec la formatrice ainsi que la possibilité de faire des commentaires sur chaque page et qui arrivent directement par mail à la formatrice afin d'être traités au plus vite

- pour toute question et accompagnement, le forum, les commentaires sur chaque page, le mail et le téléphone sont à disposition des élèves pour communiquer avec la formatrice

- le délai des traitements et des questions est de maximum une semaine mais souvent traités dans les 48 heures

### Evaluation :

- Répondre aux évaluations, quiz ou sondages accessibles sur la plateforme dédiée et obtenir la meilleure note possible à chaque évaluation sachant que l'apprenant peut recommencer autant de fois que nécessaire chaque évaluation, sachant que toutes les réponses sont dans les contenus de la formation.

Sensoria Sagesse de femme  
Centre de formation aux métiers du bien être  
n°siret : 51862370700016

Organisme de formation enregistré auprès du préfet de la région centre sous le n° 24 41 01093 41  
Centre de formation datadocke : Id-DD 0048164

certifié Qualiopi certificat n° B06172 actions formation par ICPF

Mise à jour 03 juin 2025



- Répondre et envoyer les évaluations qui seront corrigées par la formatrice
- Visionner l'intégralité des supports audios et vidéos présents sur la plateforme à distance et atteindre la durée minimum requise pour la préparation en Amont des formations en présentiel
- Obtenir un taux de progression compris entre 95% et 100%
- valider la pratique en présentiel

**-Modalité d'évaluation**

Evaluation théorique et pratique tout au long de la formation (contrôle de connaissance et pratiques des différentes techniques)

**Documents remis en fin de formation :**

- Certificat de fin de formation
- Attestation de formation
- Tout autre document demandé par l'organisme financeur
- Relevé de connexions
- Taux de progression

**-Adresse du lien pour la préparation des cours en Amont :**

<https://online.formations-sensoria.fr/formation/>

Délai d'assistance : Sous 24h (jours ouvrés)

**Pour la préparation des cours en Amont l'apprenant doit :**

- Disposer d'une connexion internet lui permettant un accès à la plateforme de formation en ligne disponible uniquement via internet.
- Avoir des appareils connectés : ordinateur, tablette, ou smartphone
- Utilisation du navigateur Google Chrome permettant de visualiser et d'écouter les types de supports de la formation et dont l'apprenant a accès : vidéos, audios, PDF sans qu'aucun facteur bloquant de toute sorte ne puisse bloquer les éléments automatiques de compteur lors du suivi de la partie à distance de sa formation
- Savoir se servir de ces moyens technologiques de façon à pouvoir apprendre les contenus de la formation.
- Avoir la capacité technologique de répondre au quiz, sondages ou évaluations en ligne ainsi que l'envoi des évaluations via le lien sur la plateforme mis à disposition de l'apprenant.

**-Informations complémentaires :**

Assistance technique par messagerie dédiée

Organisation : formation réalisée à distance de façon asynchrone et synchrone pour les visioconférences

**Public concerné :**

Ces formations sont ouvertes aux professionnels de la santé ou des techniques alternatives souhaitant accompagner les personnes afin d'acquérir des compétences nouvelles ou plus approfondies et aux particuliers pour leur développement personnel ou pour une reconversion professionnelle.

**Prérequis :**

Aucune connaissance préalable n'est requise pour suivre les formations mais un entretien préalable est demandé.

Sensoria Sagesse de femme  
Centre de formation aux métiers du bien être  
n°siret : 51862370700016

Organisme de formation enregistré auprès du préfet de la région centre sous le n° 24 41 01093 41  
Centre de formation datadocke :Id-DD 0048164

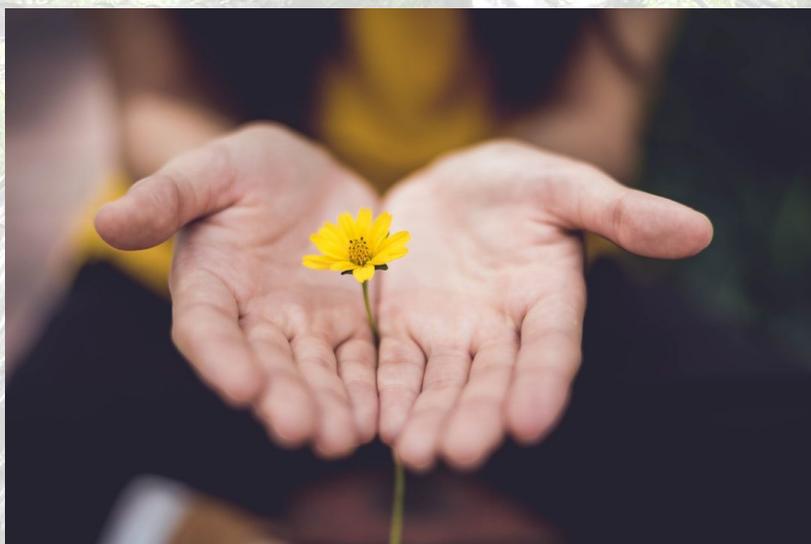
certifié Qualiopi certificat n° B06172 actions formation par ICPF

Mise à jour 03 juin 2025



*Sensoria Sagesse de femme* महिलाओं की बुद्धि

## Formations longues de praticiens/praticiennes



Sensoria Sagesse de femme  
Centre de formation aux métiers du bien être  
n°siret : 51862370700016

Organisme de formation enregistré auprès du préfet de la région centre sous le n° 24 41 01093 41  
Centre de formation datadocke :Id-DD 0048164

**certifié Qualiopi certificat n° B06172 actions formation par ICPF**

Mise à jour 03 juin 2025



Le massage bien être fait partie des piliers de nombreuses médecines traditionnelles comme la médecine chinoise ou ayurvédique, il contribue à reconnecter le corps et l'esprit, à libérer les émotions négatives, à améliorer l'estime de soi, permet la prévention santé et l'accompagnement des personnes en souffrance physique ou mentale ...Le massage est pour moi un art millénaire.

## Praticien(ne) en massages bien être, SPA praticien formation

évaluations tout au long de la formation

10 massages à choisir parmi ceux proposés ci dessous + anatomie/physiologie/dermatologie :

### Approche du massage

Massage tout en douceur bras/mains, demijambes/pieds

### Massages publics spécifiques :

-Massage femme enceinte ou personne très angoissée

-Massage personnes âgées ou à mobilité réduite et massage personnes alitées

-Formation massage sportif (massage de récupération et de préparation) (massage adapté aux personnes sédentaires pour restructurer les fibres musculaires)

### Massages détox :

-Méthode LHOVE® de libération physique et émotionnelle du Hara: Formation massage et techniques détox spécial ventre (détox des organes et libération émotionnelle). Massage et techniques détox physique et émotionnelle spécial ventre (massage, respiration, assanas, pranayama, alimentation, HE...) Méthode protégée et unique (programme à voir avec « les Méthodes »)

-Massage détox « minceur » spécial cellulite, jambes lourdes et remodelage

### Réflexologies :

-Réflexologie plantaire de relaxation

-Réflexologie faciale globale + réflexologie anti âge

-Réflexologie palmaire de relaxation

### Shiatsu de réharmonisation et massages issus de la médecine traditionnelle chinoise :

-AMMA shiatsu assis

-Shiatsu corps (relaxation et réharmonisation)

-Shiatsu visage/crâne

-Massage traditionnel chinois tuina (relaxation et réharmonisation)

-Do In

### Massages avec outils :

-Massage aux pochons d'herbe

-Massage aux pierres chaudes

-Massage et bain sonore aux bols tibétains

### Massages traditionnels :

-Massage suédois/californien : Suède et Amérique

-Massage ayurvédique (Abhyanga) : Inde

+ anatomie physiologie : en E-learning

+ Evaluation finale théorie et entretien individuel

### Objectifs de la formation :

Devenir praticien-ne en massages bien être, SPA praticien(ne) en utilisant des techniques comme les bols chantants (sonothérapie), la réflexologie, le shiatsu ou des massages du monde dans le but du mieux être physique et psychologique des personnes.

### A l'issue de la formation le stagiaire sera capable :

-de mettre en place un accueil adapté à la clientèle

-de proposer et mettre en place des massages adaptés à chaque personne et à chaque problème physique ou psychologique et adaptés à la demande

-de mettre en place des ateliers collectifs ou individuels en conseils en gestion du stress

Sensoria Sagesse de femme  
Centre de formation aux métiers du bien être  
n°siret : 51862370700016

Organisme de formation enregistré auprès du préfet de la région centre sous le n° 24 41 01093 41

Centre de formation datadocke :Id-DD 0048164

certifié Qualiopi certificat n° B06172 actions formation par ICPF

Mise à jour 03 juin 2025



**Compétences visées :**

- capacité à s'adapter au public
- capacité à adapter les massages et les techniques en fonction des maux des personnes et de la demande
- capacité à choisir et utiliser les supports adéquats pour le confort des personnes
- connaissances anatomiques et physiologiques
- maîtriser les bienfaits et les contre indications pour chaque massage et technique proposés
- capacité d'écoute et de bienveillance -capacité à réajuster les protocoles si besoin
- capacité à créer un lieu d'accueil respectant les règles d'hygiène et de sécurité
- capacité à créer une atmosphère rassurante et cocooning

**Nature et caractéristiques de l'action de formation**

La catégorie prévue à l'article L.6313-1 (type d'action) est :

Actions d'acquisition, d'entretien ou de perfectionnement des connaissances

## Les Méthodes de libération émotionnelle :

**-Méthode LHOVE® de libération du Hara :** est une méthode protégée et unique alliant plusieurs techniques complémentaires afin de libérer à la fois les organes et les émotions : c'est une détox en douceur travaillant sur le physique, l'émotionnel et l'énergétique

**Le Hara correspond au centre de gravité du corps humain : point de convergence des aspects physique mental et émotifs de l'être humain**

**Objectifs de la formation :**

Devenir praticien-ne spécialisé en massage et techniques détox spécial ventre en utilisant des techniques spécifiques dans le but du mieux être physique et psychologique des personnes.

Massage et techniques à but non thérapeutique.

**A l'issu de la formation le stagiaire sera capable :**

- de mettre en place un accueil adapté à la clientèle
- de proposer et mettre en place le massage et les techniques adapté à chaque zone, à chaque personne et à chaque problème physique ou psychologique et adapté à la demande
- savoir maîtriser les techniques spécifiques

**Compétences visées :**

- capacité à s'adapter au public
- capacité à adapter le massage et les techniques en fonction des maux des personnes et de la demande
- capacité à choisir et utiliser les supports adéquats pour le confort des personnes
- connaissances anatomiques et physiologiques
- maîtriser les bienfaits et les contre indications du massage et techniques proposés
- capacité d'écoute et de bienveillance
- capacité à réajuster le protocole si besoin
- capacité à créer un lieu d'accueil respectant les règles d'hygiène et de sécurité
- capacité à créer une atmosphère rassurante et cocooning

**Nature et caractéristiques de l'action de formation**

La catégorie prévue à l'article L.6313-1 (type d'action) est : Actions d'acquisition, d'entretien ou de perfectionnement des connaissances

Sensoria Sagesse de femme  
Centre de formation aux métiers du bien être  
n°siret : 51862370700016

Organisme de formation enregistré auprès du préfet de la région centre sous le n° 24 41 01093 41  
Centre de formation datadocke :Id-DD 0048164

**certifié Qualiopi certificat n° B06172 actions formation par ICPF**

Mise à jour 03 juin 2025



**Programme :**

Anatomie, physiologie, dermatologie  
Théorie et présentation de la méthode  
Le matériel  
L'installation de la clientèle  
Les techniques de massages spécifiques système digestif et lien avec les émotions  
Techniques de respiration et de pranayama pour le système digestif  
Magnétisme du ventre (pour libérer les énergies stagnantes bloquant le bon fonctionnement des organes et empêchant la libération des émotions)  
Postures de yoga détox  
Alimentation et plantes spéciales Détox  
Présentation du massage, des techniques et de leurs bienfaits  
Démonstration et Pratique (vidéos, audios et visioconférences) du protocole du massage à l'huile et des techniques spécifiques :  
-Gestes et postures des techniques et du massage en virtuel  
-Gestes et postures des techniques et du massage en virtuel  
-Méthode en situation clientèle  
Comment mettre en place la méthode avec la clientèle  
Précautions à prendre pour tout massage  
Code de déontologie  
Forum  
Accès aux vidéos et audios pour la préparation en Amont et les révisions

**La méthode ESCALE®** : Eveil des Sens par la Créativité et l'Art pour la Libération Emotionnelle est un tout nouveau concept alliant les savoirs faire de plusieurs intervenants :

- Un hypnothérapeute (hypnose Ericksonienne)
  - 2 Artistes :
    - une artiste diplômée des beaux arts
    - un artiste musicien multiinstruments
  - Intervention d'une neuropsychologue psychopraticienne sur le stress post traumatique et naturopathe
  - Moi même : naturopathe-énergéticienne-masseuse spécialisée en chamanisme/professeure de yoga thérapeutique, thérapeute en constellations familiales, spécialisée dans les traumatismes
- Le praticien ESCALE®** est un praticien qui utilise différentes techniques et outils pour le mieux être et la libération émotionnelle des personnes.
- autohypnose spécifique stress, émotions, sommeil, l'éveil des 5 sens
  - respirations/pranayamas/olfactologie : sens de l'odorat
  - l'art dans la relaxation : comment la relaxation peut libérer les émotions
  - méditations conscientes : visualisation et écoute à la découverte de ses 5 sens
  - art par le yoga : tantrisme et yoga tantrique à la découverte de ses 5 sens : sens du toucher et des 4 autres sens
  - art par le son : sonothérapie et musicothérapie : sens de l'audition et du toucher
  - art par la couleur (chromathérapie) : sens de la vue mais aussi du goût et de l'odorat
  - art par le mandala : pour une reconnexion à soi, sens de la vue
  - art par la ronronthérapie : les 5 sens en éveil
  - art du body painting : sens de la vue et du toucher
  - art par la danse (danse libre)

**Objectifs de la formation :**

Devenir praticien-ne ESCALE spécialisé en libération émotionnelle en utilisant des techniques spécifiques dans le but du mieux être physique et psychologique des personnes.  
A l'issue de la formation le stagiaire sera capable :  
-de mettre en place un accueil adapté à la clientèle  
-de proposer et mettre en place des techniques adaptées à chaque personne et à chaque problème physique ou psychologique  
-savoir maîtriser les techniques spécifiques  
-savoir mettre en place des ateliers de groupes ou individuels

Sensoria Sagesse de femme  
Centre de formation aux métiers du bien être  
n°siret : 51862370700016

Organisme de formation enregistré auprès du préfet de la région centre sous le n° 24 41 01093 41  
Centre de formation datadocke :Id-DD 0048164

certifié Qualiopi certificat n° B06172 actions formation par ICPF

Mise à jour 03 juin 2025



**Compétences visées :**

- capacité à s'adapter au public
- capacité à adapter les techniques en fonction des maux des personnes et de la demande
- capacité à choisir et utiliser les supports adéquats pour le confort des personnes
- connaissances anatomiques et physiologiques
- maîtriser les bienfaits et les contre indications des techniques proposées
- capacité d'écoute et de bienveillance
- capacité à réajuster les protocoles et techniques si besoin
- capacité à créer un lieu d'accueil respectant les règles d'hygiène et de sécurité
- capacité à créer une atmosphère rassurante et cocooning

**Nature et caractéristiques de l'action de formation**

La catégorie prévue à l'article L.6313-1 (type d'action) est : Actions d'acquisition, d'entretien ou de perfectionnement des connaissances

**Formule en E-learning :**

E-learning accessible en illimité + évaluations tout au long de la formation

Toute la théorie et l'apprentissage des techniques se fera en E-learning accessible en illimité et visioconférences

+ anatomie physiologie : en E-learning avec évaluation (contrôle de connaissance)

+ Evaluation finale théorie et entretien individuel

**Programme théorie et pratique :**

- Anatomie/physiologie/dermatologie
- les recherches scientifiques
- théorie sur le stress et le stress post traumatique
- le mental, le conscient, le subconscient
- les outils du praticien ESCALE
- les émotions
- les 5 sens
- Théorie sur l'hypnothérapie Ericksionienne, autohypnose spécifique stress, émotions, sommeil, anxiété
- Respirations/Pranayamas/Olfactologie : sens de l'odorat un sens plus important qu'on ne le croit pour la libération des émotions et se reconnecter à soi
- Relaxation : comment la relaxation peut libérer les émotions
- Méditations conscientes : visualisation et écoute à la découverte de ses sens
- Yoga : tantrisme et yoga tantrique à la découverte de ses 5 sens : sens du toucher et des 4 autres sens, se reconnecter aux parties de soi oubliées
- Sonothérapie et musicothérapie : les sons vibratoires pour se reconnecter à soi et à son corps tout en libérant l'esprit, sens de l'audition, par le ressenti des vibrations dans le corps
- Chromathérapie : connaître l'importance des couleurs sur les émotions et la santé, sens de la vue mais aussi du goût et de l'odorat
- Mandala : création et bienfaits : pour tous les sens
- Body Painting : se reconnecter à son corps par le maquillage mais aussi par d'autres outils : sens de la vue et du toucher
- Danse Libre : liberté du mouvement pour libérer les blocages dans le corps (sous forme de douleurs, raideurs, voire même oubli de certaines zones etc...)
- Ronronthérapie : l'art des mantras, comment faire vibrer son corps afin de ressentir et libérer les émotions
- l'art d'articuler toutes ses techniques et apporter sa propre vision de ses programmes

Sensoria Sagesse de femme  
Centre de formation aux métiers du bien être  
n°siret : 51862370700016

Organisme de formation enregistré auprès du préfet de la région centre sous le n° 24 41 01093 41  
Centre de formation datadocke :Id-DD 0048164

**certifié Qualiopi certificat n° B06172 actions formation par ICPF**

Mise à jour 03 juin 2025



## La naturopathie

### La nature nous offre tous ses bienfaits.

La naturopathie fait partie des techniques holistiques utilisant tout ce que nous offre la nature mais c'est aussi une philosophie de vie alliant le respect, la bienveillance, l'écoute, l'adaptation, le changement.

La naturopathie permet la prévention et le mieux être grâce à diverses techniques issues de traditions et de techniques ancestrales.

La naturopathie est pour moi un art de vivre en connexion avec la nature.

### Objectifs de la formation :

Devenir naturopathe ou conseiller en naturopathie dans le but de la prévention « santé » et du mieux être des personnes.

### A l'issue de la formation le stagiaire sera capable :

- de mettre en place un accueil adapté à la clientèle
- de mettre en place des techniques adaptées à chaque personne et à chaque problème physique ou psychologique
- de mettre en place des bilans vitaux, programmes de cures et d'hygiène alimentaire ainsi que des techniques naturopathiques adaptées à chaque personne
- de mettre en place des ateliers collectifs ou individuels en conseils pour la prévention « santé » (gestion du stress, conseils en hygiène de vie, aromathérapie...)

### Compétences visées :

- capacité à s'adapter au public
- capacité à adapter les techniques et programmes en naturopathie en fonction des maux des personnes
- capacité à choisir et utiliser les supports adéquats pour le confort des personnes
- connaissances anatomiques et physiologiques
- capacité à établir un bilan vital
- capacité à établir des cures
- capacité à établir des programmes adaptés à chaque personne
- capacité à donner des conseils en hygiène de vie pour la prévention et le mieux être des personnes
- maîtriser les bienfaits et les contre indications pour chaque technique proposée surtout en aromathérapie et phytothérapie ainsi que les cures détox
- connaissance de base des dysfonctionnements physiologiques pour un meilleur accompagnement
- savoir concevoir des ateliers à thème (gestion du stress, aromathérapie, phytothérapie, compléments naturels, respiration, relaxation...)
- savoir organiser des conférences à thème
- capacité d'écoute et de bienveillance
- capacité à réajuster les programmes et techniques si besoin
- capacité à créer un lieu d'accueil respectant les règles d'hygiène et de sécurité
- capacité à créer une atmosphère rassurante et coconing

### Nature et caractéristiques de l'action de formation

La catégorie prévue à l'article L.6313-1 (type d'action) est : Actions d'acquisition, d'entretien ou de perfectionnement des connaissances

### Prérequis :

Aucune connaissance préalable n'est requise pour suivre les formations mais un entretien préalable est demandé.

Conseiller en naturopathie (théorie)

Naturopathe (théorie + 4 massages)

(Do In, réflexologie plantaire, Méthode LHOVE®, Massage Détox Minceur)

Naturopathie Moderne et Holistique (prévention et mieux être)

Sensoria Sagesse de femme  
Centre de formation aux métiers du bien être  
n°siret : 51862370700016

Organisme de formation enregistré auprès du préfet de la région centre sous le n° 24 41 01093 41  
Centre de formation datadocke :Id-DD 0048164

certifié Qualiopi certificat n° B06172 actions formation par ICPF

Mise à jour 03 juin 2025



**La formation est composée de 8 modules (\*voir le programme détaillé à la fin du catalogue) :**

**Conseiller en naturopathie**

- Introduction à la naturopathie
- Précautions à prendre en naturopathie
- Module 1 : Biologie : Anatomie-physiologie, dermatologie
- Module 2 : Alimentation (les nutriments, alimentation en naturopathie, glycémie, index glycémique, les régimes santé, l'alimentation anti..., les allergies alimentaires, zoom sur ..., le lait-le gluten, initiation à l'oligothérapie et à la micronutrition
- Module 3 : les bilans :
  - bilan vital et notion de terrain
  - bilan problèmes de poids et solutions
  - bilan acido basique, les dangers de l'acidose
  - psychomorphologie
  - les dysfonctionnements physiologiques
- Modules 4 : -introduction à la "médecine" traditionnelle chinoise  
-introduction à la "médecine" traditionnelle ayurvédique
- Modules 5 : les cures
  - les cures détox
  - les jeunes et monodiètes
  - hydrothérapie
- Modules 6 les techniques :
  - conseiller en aromathérapie familiale
  - conseiller en phytothérapie familiale
  - introduction aux fleurs de Bach
  - les bienfaits de l'argile et de l'aloé vera
  - les compléments alimentaires
  - gestion du stress/coach bien être
  - introduction à la sophrologie
- Module 7 : les publics
  - Approche de la personne
  - le vieillissement
  - hygiène de vie des enfants, adolescents, femmes enceintes, sportifs, personnes âgées
- Module 8 : l'activité physique et sportive
- Atelier de mises en situation et de questions/réponses, préparation au mémoire

**Naturopathe :**

**Même programme que le conseiller en naturopathie + 4 massages (méthode LHOVE®, réflexologie plantaire, Do In, massage détox « minceur »)**

Ateliers/stages de mises en situation et de préparation au mémoire

Sensoria Sagesse de femme  
Centre de formation aux métiers du bien être  
n°siret : 51862370700016

Organisme de formation enregistré auprès du préfet de la région centre sous le n° 24 41 01093 41  
Centre de formation dataadocke :Id-DD 0048164

**certifié Qualiopi certificat n° B06172 actions formation par ICPF**

Mise à jour 03 juin 2025



## **Praticien-ne en techniques quantiques (magnétisme, énergétique, radiesthésie, bols chantants)**

Les techniques énergétiques sont pratiquées depuis des siècles dans tous les pays du monde, toutes les grandes civilisations considèrent le magnétisme comme un des piliers de leur médecine.

Les soins énergétiques et le magnétisme puisent leurs racines dans le chamanisme, l'ayurvèda, la médecine traditionnelle chinoise... mais aussi dans nos forêts ou nos campagnes où les guérisseurs utilisent leur art depuis des siècles...

Avant les hommes suivaient plus leur intuition et leur ressenti et moins la raison et la logique.

Aujourd'hui la physique quantique a permis de donner de la compréhension scientifique aux techniques de soins énergétiques et au magnétisme.

Le magnétisme et les techniques énergétiques sont pour moi des outils indispensables au bien être, à la libérations de traumatismes, à la prévention de nombreuses maladies mais aussi à la connaissance de soi, de ses lignées et de ses ancêtres...

### **Objectifs de la formation :**

Devenir praticien-ne en techniques quantiques en utilisant des techniques comme le magnétisme, l'énergétique, la radiesthésie, les bols chantants (sonothérapie) dans le but de la prévention « santé » et du mieux être des personnes.

### **A l'issue de la formation le stagiaire sera capable :**

- de mettre en place un accueil adapté à la clientèle
- de mettre en place des techniques adaptées à chaque personne et à chaque problème physique ou psychologique
- de mettre en place des ateliers collectifs ou individuels en conseils pour la prévention « santé » (gestion du stress, conseils en hygiène de vie...)

### **Compétences visées :**

- capacité à s'adapter au public
- capacité à adapter les techniques en fonction des maux des personnes
- capacité à choisir et utiliser les supports adéquats pour le confort des personnes
- connaissances anatomiques et physiologiques
- capacité à donner des conseils en hygiène de vie pour la prévention et le mieux être des personnes
- maîtriser les bienfaits et les contre indications pour chaque technique proposée
- connaissance de base des dysfonctionnements physiologiques pour un meilleur accompagnement
- savoir concevoir des ateliers à thème
- capacité d'écoute et de bienveillance
- capacité à réajuster les protocoles si besoin
- capacité à créer un lieu d'accueil respectant les règles d'hygiène et de sécurité
- capacité à créer une atmosphère rassurante et cocooning

### **Nature et caractéristiques de l'action de formation**

La catégorie prévue à l'article L.6313-1 (type d'action) est : Actions d'acquisition, d'entretien ou de perfectionnement des connaissances

### **Prérequis :**

Aucune connaissance préalable n'est requise pour suivre les formations mais un entretien préalable est demandé.

### **Praticien(ne) en techniques quantiques**

#### **Formation de magnétiseur, énergéticien et radiesthésiste**

#### **(magnétisme, énergétique, radiesthésie, bain sonore aux bols tibétains)**

### **Formation intensive demandant de la pratique entre chaque module avec un accompagnement tout au long et après la formation**

Sensoria Sagesse de femme  
Centre de formation aux métiers du bien être  
n°siret : 51862370700016

Organisme de formation enregistré auprès du préfet de la région centre sous le n° 24 41 01093 41  
Centre de formation datadocke :Id-DD 0048164

**certifié Qualiopi certificat n° B06172 actions formation par ICPF**

Mise à jour 03 juin 2025



**Programme :**

**Module 1 :** les bases du magnétisme (prérequis : entretien préalable et questionnaire)

- qu'est ce que l'énergie
- base de l'ayurvédique, les chakras, les nadis et la kundalini
- les méridiens et les points d'acupuncture
- les corps subtils
- l'énergie vital, les sources énergétiques de l'homme
- ressentir l'énergie
- les outils (pierres, pendules, symboles, bols chantants, les couleurs...)
- travail sur le corps éthérique

**Module 2 :** le praticien et le lieu (prérequis module 1)

- l'importance de l'intention
- la protection et le nettoyage du praticien
- protection et nettoyage du cabinet
- mise en condition du praticien (méditation, relaxation, respiration, ancrage, protection, visualisation, se ressourcer grâce à la nature (l'énergie de la nature), l'alimentation du praticien (base de la naturopathie), yoga...), le sourire intérieur méthode taoïste, faire circuler le Qi
- les 5 éléments
- le canal central
- augmenter son taux vibratoire

**module 3 :** radiesthésie (prérequis module 1 et 2)

- historique
- domaines d'application de la radiesthésie
- les différents pendules
- les bases fondamentales
- comment utiliser un pendule
- exercices pratiques
- l'homme une entité vibratoire
- travail sur l'émotionnel, les chocs émotionnels
- travail sur les chakras
- travail sur les planches
- téléradiesthésie

**module 4 :** bain sonore aux bols chantants (bols tibétains), musicothérapie, protocole de réharmonisation des énergies (pas de prérequis)

- historique et cultures autour des bols chantants
- rappel sur les chakras
- bienfaits, précautions
- utilisation et protocole avec les bols

**module 5** dysfonctionnements physiologiques et techniques (prérequis module 1 et 2)

- l'outil en kinésiologie pour la recherche des causes et éléments déclencheurs des maux physiques et psychologiques
- les causes et éléments déclencheurs des dysfonctionnements : chocs émotionnels et survenue des maladies, causes physiques, causes énergétiques
- magnétisme et techniques énergétiques en fonction des pathologies
- anatomie, physiologie, dermatologie, les dysfonctionnements physiologiques
- quelques techniques de reboutement
- la polarisation
- harmonisation des chakras par l'énergie, les couleurs, les pierres, les symboles...
- l'eau source de vie, désinformer et réinformer l'eau, magnétiser l'eau

40 heures minimum de pratique personnelle (carnet de suivi), Evaluation finale et entretien de fin de formation

Sensoria Sagesse de femme  
Centre de formation aux métiers du bien être  
n°siret : 51862370700016

Organisme de formation enregistré auprès du préfet de la région centre sous le n° 24 41 01093 41  
Centre de formation datadocke :Id-DD 0048164

certifié Qualiopi certificat n° B06172 actions formation par ICPF

Mise à jour 03 juin 2025



## Formations à la carte à la carte



Sensoria Sagesse de femme  
Centre de formation aux métiers du bien être  
n°siret : 51862370700016

Organisme de formation enregistré auprès du préfet de la région centre sous le n° 24 41 01093 41  
Centre de formation datadocke :Id-DD 0048164

certifié Qualiopi certificat n° B06172 actions formation par ICPF

Mise à jour 03 juin 2025



## Phyto-aromathérapie

Le but de l'**aromathérapie et de la phytothérapie**, comme toutes "**techniques naturelles**", est de renforcer les immunités, de redonner de l'énergie. En effet, avant d'être curative, la phyto/aromathérapie est une thérapie préventive qui tient compte du pouvoir d'auto guérison de l'organisme, à condition d'être accompagnée d'une excellente hygiène de vie comme bien se nourrir, mieux respirer, avoir des pensées positives....

Le rythme de vie moderne éloigne chaque jour davantage de la nature et de ses bienfaits ; il faut réapprendre à vivre sainement : s'alimenter correctement, respirer, bien dormir et faire de l'exercice, c'est sur ces bases que l'aromathérapie et la phytothérapie peuvent s'appuyer et donner la pleine mesure de leur efficacité.

Cette formation très complète fait partie du programme de **Naturopathe**

J'ai décidé de regrouper en une seule et même formation le conseiller en aromathérapie familiale et le conseiller en phytothérapie familiale pour enrichir votre pratique et proposer à votre clientèle un panel plus large de techniques et sans coût supplémentaire !

### Objectifs de la formation :

Devenir conseiller en phyto/aromathérapie familiale dans le but de la prévention « santé » et du mieux être des personnes.

### A l'issue de la formation le stagiaire sera capable :

- de mettre en place un accueil adapté à la clientèle
- de mettre en place des techniques adaptées à chaque personne et à chaque problème physique ou psychologique
- de mettre en place des rendez vous individuels en conseils et suivis en aromathérapie familiale
- de mettre en place des ateliers collectifs ou individuels en conseils pour la prévention « santé »

### Compétences visées :

- capacité à s'adapter au public
- capacité à adapter les techniques et programmes en aromathérapie et phytothérapie en fonction des maux des personnes
- capacité à choisir et utiliser les supports adéquats pour le confort des personnes
- connaissances anatomiques et physiologiques
- capacité à établir des programmes adaptés à chaque personne
- capacité à donner des conseils en aromathérapie et en phytothérapie pour la prévention et le mieux être des personnes
- maîtriser les bienfaits et les contre indications des huiles essentielles des plantes et des compléments alimentaires
- connaissance de base des dysfonctionnements physiologiques pour un meilleur accompagnement
- savoir concevoir des ateliers à thème
- capacité d'écoute et de bienveillance
- capacité à réajuster les programmes et techniques si besoin
- capacité à créer un lieu d'accueil respectant les règles d'hygiène et de sécurité
- capacité à créer une atmosphère rassurante et cocooning

### Nature et caractéristiques de l'action de formation

La catégorie prévue à l'article L.6313-1 (type d'action) est : Actions d'acquisition, d'entretien ou de perfectionnement des connaissances

### Programme

#### Biologie

Anatomie/physiologie

Dermatologie

#### Dysfonctionnements physiologiques

#### Approche de la personne

#### Théorie sur les huiles essentielles

Le sens de l'aromathérapie

Sensoria Sagesse de femme  
Centre de formation aux métiers du bien être  
n°siret : 51862370700016

Organisme de formation enregistré auprès du préfet de la région centre sous le n° 24 41 01093 41

Centre de formation datadocke :Id-DD 0048164

certifié Qualiopi certificat n° B06172 actions formation par ICPF

Mise à jour 03 juin 2025



Un peu d'histoire  
Mode de fabrication des huiles essentielles  
Carte d'identité d'une huile essentielle  
Les critères de qualité des huiles essentielles  
Aromathérapie scientifique  
Mode d'utilisation des huiles essentielles  
Actions et bienfaits des huiles essentielles  
Propriétés des huiles essentielles  
Précautions à prendre  
Les règles pour utiliser les huiles essentielles  
Réglementation

**Chémotypes pour aller plus loin**

**Les lavandes et le lavandin**

**Etude scientifique de 37 huiles essentielles**

**Zoom sur 10 huiles végétales**

Les supports  
Zoom sur les hydrolats, eaux florales  
Aromathérapie cosmétique  
Parfums d'humeur  
Pour les vacances la trousse de secours, la pharmacie au quotidien  
Les enfants et les femmes enceintes  
Soulager les maux avec l'aromathérapie  
Les huiles essentielles de la douleur  
En cuisine

**Les huiles essentielles eubiotiques**

**Huiles essentielles et dysfonctionnements**

**Les ateliers d'aromathérapie familiale**

**Théorie en phytothérapie**

- code de la santé publique, réglementation et mise en garde
- introduction
- histoire de la phytothérapie et de la médecine par les plantes
- préparations et formes galénique de la phytothérapie
- la récolte des plantes médicinales
- les principes actifs
- composition chimique des plantes pour aller plus loin**
- précautions
- contre indications
- petit glossaire
- phytothérapie et dysfonctionnements
- les plantes en phytothérapie
- petit guide des teintures mères**
- la gemmothérapie**
- grimoire de plantes**
- l'argile et l'aloé vera**
- introduction aux fleurs de Bach**
- les compléments alimentaires indispensables à la phytothérapie familiale**
- initiation à l'oligothérapie**

Sensoria Sagesse de femme  
Centre de formation aux métiers du bien être  
n°siret : 51862370700016

Organisme de formation enregistré auprès du préfet de la région centre sous le n° 24 41 01093 41  
Centre de formation datadocke :Id-DD 0048164

**certifié Qualiopi certificat n° B06172 actions formation par ICPF**

Mise à jour 03 juin 2025



## Gestion du stress :

La société actuelle très anxiogène, les médias, le quotidien, la vie professionnelle, les soucis familiaux... font oublier l'essentiel : prendre soin de soi, se reconnecter à son moi intérieur, prendre du temps pour soi et lâcher prise ! Le lâcher prise permet de reconnecter le corps et l'esprit, de libérer les émotions négatives, d'améliorer l'estime de soi, et permet la prévention santé.

Le praticien qualifié et spécialisé en gestion du stress peut ainsi accompagner des personnes en souffrance physique, énergétique ou mentale ..., en cabinet en séances individuelles ou en groupe sous forme d'ateliers de gestion du stress, de relaxation, de respiration. Il est amené à intervenir dans les entreprises ou associations. A l'écoute de ses consultants il trouvera ainsi des solutions les mieux adaptées et personnalisées pour un mieux vivre et un mieux être.

### Formation conseiller en gestion du stress/coach bien être :

#### Théorie :

Introduction

Qu'est ce que le stress

La définition scientifique du stress au travers de l'histoire

Les mécanismes du stress

les notions à ne pas confondre

burnout

stress et émotions

le bon stress et le mauvais stress

Amplificateurs personnels de stress

le SGA

la réaction au stress

les complications au niveau santé

Savoir reconnaître les symptômes

stress et prise de poids

Les causes du stress

le stress oxydatif

Le système nerveux et le cerveau

Le système neuroendocrinien et le stress

la mesure du stress

Des réactions différentes face au stress

Les types de personnes stressées

Le nerf vague

#### La respiration = Prise d'énergie vitale

Le système respiratoire

Localiser la respiration

Exercices de respiration

La cohérence cardiaque

#### La relaxation

Les objectifs de la relaxation

Les étapes de l'apprentissage de la relaxation

D'autres techniques de relaxation

L'autohypnose

La visualisation

la musique

Exercices de relaxation au travail

Méthodologie

La mauvaise humeur et l'irritabilité

#### Les solutions naturelles contre le stress en naturopathie

La phytothérapie et l'aromathérapie

Les cinq tibétains

Sensoria Sagesse de femme

Centre de formation aux métiers du bien être

n°siret : 51862370700016

Organisme de formation enregistré auprès du préfet de la région centre sous le n° 24 41 01093 41

Centre de formation datadocke :Id-DD 0048164

certifié Qualiopi certificat n° B06172 actions formation par ICPF

Mise à jour 03 juin 2025



Les techniques manuelles anti-stress et la relaxation  
L'activité sportive ou physique  
Le sommeil  
L'alimentation  
Gérer le temps  
Connaissance de ses besoins  
Pensée positive  
Phrases positives, autosuggestion  
Initiation à la sophrologie

## Le massage bien être

**Le massage** bien être fait partie des piliers de nombreuses médecines traditionnelles comme la médecine chinoise ou ayurvédique, il contribue à reconnecter le corps et l'esprit, à libérer les émotions négatives, à améliorer l'estime de soi, permet la prévention santé et l'accompagnement des personnes en souffrance physique ou mentale ...

### Les massages : chaque formation sera sur le même principe :

Présentiel :

- Historique
  - Anatomic/physiologie, dermatologie
  - théorie
  - Le matériel
  - L'installation de la clientèle
  - théorie pour les publics spécifiques et matériel spécifique
  - Présentation du massage et de ses bienfaits
  - Démonstration et Pratique du protocole du massage ou de la technique (en virtuel, sur modèle, en situation clientèle)
  - Précautions à prendre pour tout massage
  - Code de déontologie
- Accès aux vidéos et au forum

Pour le shiatsu : des notions de base sur la médecine chinoise et comment fonctionne le shiatsu seront nécessaires pour mieux appréhender le soin

Pour le massage ayurvédique des notions sur les grands principes de l'Ayurveda et la connaissance des huiles de massage utilisées (vecteur indispensable de ce massage) seront nécessaires pour mieux comprendre ce massage.

Pour le massage réflexe des pieds, des mains et du visage : connaissance des différentes zones : localisation sur les pieds, les mains et le visage, connaissance des différents appareils (respiratoire, digestif ...), des différents systèmes (lymphatique, osseux, musculaire ...), cartographie

Pour les massages pour public particulier, l'accent sera mis sur l'étude approfondie du public concerné et la sécurité/précautions particulières à prendre

### Massages publics spécifiques :

- Massage femme enceinte ou personne très angoissée
- Massage personnes âgées ou à mobilité réduite et massage personnes alitées
- Formation massage sportif (massage de récupération et de préparation) (massage adapté aux personnes sédentaires pour restructurer les fibres musculaires)

**Massages détox** : Méthode LHOVE de libération physique et émotionnelle du Hara: Formation massage et techniques détox spécial ventre (détox des organes et libération émotionnelle)

- Massage détox « minceur » spécial cellulite, jambes lourdes et remodelage

### Réflexologies :

- Réflexologie plantaire de relaxation
- Réflexologie faciale globale + réflexologie anti âge
- Réflexologie palmaire de relaxation
- Massage et Réflexologie Pédiatrique

Sensoria Sageesse de femme  
Centre de formation aux métiers du bien être  
n°siret : 51862370700016

Organisme de formation enregistré auprès du préfet de la région centre sous le n° 24 41 01093 41  
Centre de formation datadocke : Id-DD 0048164

certifié Qualiopi certificat n° B06172 actions formation par ICPF

Mise à jour 03 juin 2025



**Shiatsu de réharmonisation et massages issus de la médecine traditionnelle chinoise :**

- AMMA shiatsu assis
- Shiatsu corps (relaxation et réharmonisation)
- Shiatsu visage/crâne :
- Massage traditionnel chinois tuina (relaxation et réharmonisation)
- Do In

**Massages avec outils :**

- Massage aux pochons d'herbe
- Massage aux pierres chaudes
- Massage et bain sonore aux bols tibétains

**Massages traditionnels d'un pays :**

- Massage suédois/californien : Suède et Amérique
- Massage ayurvédique (Abhyanga) : Inde

**Approche du massage en douceur :**

- massage pieds/demi jambes, bras/mains

## **La recherche et le drainage de la cause originelle et des causes des maux**

C'est essentielle pour le mieux être, le bien être, la libération émotionnelle, la prévention et surtout une meilleure compréhension des dysfonctionnements physiologiques et émotionnels et de son histoire.

L'outil de kinésiologie et le pendule ont fait leur preuve et permettent une recherche plus en profondeur de manière très simple et accessible à tout praticien.

Cette formation est une base et un complément pour tout praticien en technique complémentaire (naturopathe, énergéticien, magnétiseur, praticien en massages bien être, conseiller en aromathérapie, phytothérapie, gestion du stress, coach, éducateur sportif, sophrologue, hypnothérapeute, psychologue, ostéopathe...)

**Programme :**

- les différents plans (physique, émotionnel, spirituel/énergétique/ésotérique/chamanique)
- comprendre comment les dysfonctionnements physiologiques et émotionnels peuvent apparaître, les différentes étapes
- le mal à dit ou comment décrypter les maux
- maîtriser le test musculaire en kinésiologie, les différentes techniques, la convention
- comment faire lâcher prise quand le mental contre la recherche
- comment poser les bonnes questions
- comment drainer et libérer les blocages de manière énergétique et chamanique avant toute autre technique (naturopathie, massages, magnétisme, énergétique etc...)

Sensoria Sagesse de femme  
Centre de formation aux métiers du bien être  
n°siret : 51862370700016

Organisme de formation enregistré auprès du préfet de la région centre sous le n° 24 41 01093 41  
Centre de formation datadocke :Id-DD 0048164

**certifié Qualiopi certificat n° B06172 actions formation par ICPF**

Mise à jour 03 juin 2025



## Tarifs



Sensoria Sagesse de femme  
Centre de formation aux métiers du bien être  
n°siret : 51862370700016

Organisme de formation enregistré auprès du préfet de la région centre sous le n° 24 41 01093 41  
Centre de formation datadocke :Id-DD 0048164

**certifié Qualiopi certificat n° B06172 actions formation par ICPF**

Mise à jour 03 juin 2025



Praticien(ne) en techniques quantiques (magnétiseur/énergéticien)

Formule en présentiel dans la yourte à Blois et à Sète :

Nouveauté à partir de Septembre la formation se fera en intensif sur 2 semaines

Prise en charge par un organisme financeur : demander devis

Tarifs préférentiels pour les financements personnels :

**199 € par mois (sur 10 mois) ou personnalisé sur demande**

Praticien(ne) en massage bien être, SPA praticien(ne) :

Prise en charge par un organisme financeur : demander devis

Tarif préférentiel pour les Financements Personnels : (si méthode LHOVE® choisie : +100€)

**299 € par mois (sur 10 mois) ou personnalisé sur demande**

Conseiller en naturopathie :

Prise en charge par un organisme financeur : demander devis

Tarif préférentiel pour les financements personnels :

**299 € par mois (sur 10 mois) ou personnalisé sur demande**

Naturopathe :

Prise en charge : demander devis

Tarif préférentiel pour les financements personnels :

**399 € par mois (sur 10 mois) ou personnalisé sur demande**

Praticien en libération émotionnelle :

-Méthode ESCALE® :

Prise en charge par un organisme financeur : demander devis

Tarif préférentiel pour les Financements Personnels :

**299 € par mois (sur 10 mois) ou personnalisé sur demande**

-Méthode LHOVE®

Prise en charge par un organisme financeur : demander devis

**Tarif préférentiel financement personnel : 232 € par mois (sur 3 mois)**

Formations à la carte

Prises en charge par un organisme financeur : demander devis

Tarifs préférentiels financements personnels :

-Conseiller en Phyto/Aromathérapie Familiale : **595€** au lieu de 1190€ **199 € par mois (sur 3 mois)**

-Gestion du stress : **199 € par mois (sur 3 mois)**

-Do In : **99€**

-La recherche des Causes Originelles des Maux : **295€**

-Approche du Massage : **99€**

Tarif unique pour les formations **massages** à la carte :

Prise en charge par les organisme financeur : demander devis

Tarif préférentiel financement personnel : **165 € par mois (sur 3 mois)** sauf la méthode LHOVE®

Sensoria Sagesse de femme  
Centre de formation aux métiers du bien être  
n°siret : 51862370700016

Organisme de formation enregistré auprès du préfet de la région centre sous le n° 24 41 01093 41

Centre de formation datadocke :Id-DD 0048164

**certifié Qualiopi certificat n° B06172 actions formation par ICPF**

Mise à jour 03 juin 2025



## Programme complet de la formation naturopathie :

Plus de 44 fascicules format PDF téléchargeables et imprimables, des vidéos, des émissions, des ateliers, des protocoles corporels suivant la formule choisie, des évaluations des acquis tout au long de la formation, et une évaluation finale sur des mises en situation. Formation accessible en illimité.

### Introduction à la naturopathie

Un peu d'histoire  
Qu'est ce que la naturopathie  
Comment fonctionne la naturopathie  
Les champs d'action  
L'approche de la personne  
Les techniques naturopathiques  
Les cures naturopathiques  
Les 5 fondements de la naturopathie  
Rôle et devoirs du naturopathe  
Législation française  
Code déontologie  
Naturopathie en résumé  
Lexique  
Les précautions à prendre en naturopathie

### Module 1 : biologie

Anatomie, physiologie : (des rappels et approfondissements se font tout au long de la formation dans d'autres fascicules)

Introduction  
Les cellules  
Les tissus du corps humain  
Les systèmes du corps humain :  
- le système tégumentaire  
- le système osseux  
- le système musculaire  
- le système respiratoire  
- le système circulatoire  
- le système nerveux  
- le système endocrinien  
- le système lymphatique, immunitaire  
- le système digestif  
- le système reproducteur  
- le système urinaire

### Notion de dermatologie

Anatomie, physiologie de la peau  
Fonctions du système tégumentaire  
Les annexes cutanées  
La cellulite  
L'acné  
L'eczéma  
Zoom sur le psoriasis  
Zoom sur les pellicules  
Zoom sur les gerçures  
Zoom sur les verrues  
Les types de peau

Sensoria Sagesse de femme  
Centre de formation aux métiers du bien être  
n°siret : 51862370700016

Organisme de formation enregistré auprès du préfet de la région centre sous le n° 24 41 01093 41  
Centre de formation datadocke :Id-DD 0048164

certifié Qualiopi certificat n° B06172 actions formation par ICPF

Mise à jour 03 juin 2025



## Module 2 : Alimentation

### Les nutriments

Introduction  
Les protéines  
Les glucides  
Les lipides  
Les vitamines  
Les sels minéraux  
L'eau  
Tableaux

### Alimentation en naturopathie partie 1

Les associations alimentaires  
Tableaux des associations alimentaires  
Exemples de menus des associations alimentaires  
L'alimentation selon les saisons  
L'eau  
Le petit déjeuner  
Les couleurs des aliments et leurs vertus  
Petits conseils supplémentaires pour une meilleure digestion  
10 règles d'or de la nutrition  
Les points communs des différentes « écoles » de naturopathie

### Alimentation en naturopathie partie 2

Viandes poissons œufs  
Les produits laitiers  
Les matières grasses  
Les fruits et les légumes  
Les céréales et dérivés  
Les légumineuses  
Les sucres et produits sucrés  
Les boissons  
Technologie des corps gras  
Effets de la cuisson sur les légumes

### Les régimes santé

Le régime méditerranéen  
Le régime végétarien  
L'alimentation vivante  
Le régime d'Okinawa

### La glycémie, l'index glycémique

Régulation de la glycémie  
Le pancréas  
Un système autorégulé  
Introduction sur l'index glycémique  
Qu'est ce que l'index glycémique  
Effets d'une consommation d'index glycémiques élevés sur la santé  
Savoir pourquoi un aliment possède un index glycémique élevé ou bas  
Des différences dans les valeurs des index glycémiques  
La charge glycémique  
Quelques aliments intéressants  
Des idées reçues  
Liste des index glycémiques  
L'alimentation anti ...  
Zoom sur l'alimentation anti arthrose  
Zoom sur l'alimentation anti cancer

Sensoria Sagesse de femme  
Centre de formation aux métiers du bien être  
n°siret : 51862370700016

Organisme de formation enregistré auprès du préfet de la région centre sous le n° 24 41 01093 41  
Centre de formation datadocke :Id-DD 0048164

certifié Qualiopi certificat n° B06172 actions formation par ICPF

Mise à jour 03 juin 2025



Zoom sur l'alimentation anti acné  
Zoom sur l'alimentation anti dépression  
Zoom sur l'alimentation anti ostéoporose  
Zoom sur l'alimentation anti diabète  
Zoom sur l'alimentation anti cholestérol

#### Les allergies alimentaires

Introduction  
Allergies vraies  
Symptômes de l'allergie  
Les allergènes alimentaires  
Les allergies croisées  
Les intolérances alimentaires  
Les causes des allergies alimentaires  
Les causes du développement des allergies  
Qualité de vie des patients  
Résumé  
Point de vue de la naturopathie  
Quelques exemples d'allergies alimentaires  
Lutter contre les allergies en général

#### Zoom sur ...

Zoom sur les bonnes et les mauvaises graisses  
Zoom sur les protéines végétales  
Zoom sur les fruits secs et oléagineux  
Zoom sur les laits végétaux  
Zoom sur les graines germées

#### Le lait, le gluten

Le gluten  
Où trouve t'on du gluten  
Les ingrédients de substitution  
Aliments intéressants  
Les maladies  
Symptôme de la maladie coeliaque  
Le lait  
L'ostéoporose  
Les allergies, maladies chroniques  
Symptômes de l'allergie au lait  
Différence entre allergie et intolérance  
Ce qui contient du lait  
Aliments intéressants

#### Introduction à l'oligothérapie

#### Introduction à la micronutrition

### Module 3 : Les bilans

#### Bilan vital, notion de terrain

Objectifs du bilan vital  
L'anamnèse  
Qu'est ce qu'une maladie  
Le terrain, les tempéraments, la diathèse  
Bilan physique :  
-La langue  
-Bilan facial  
-Les ongles  
-Approche de l'iridologie  
-Comment interpréter une prise de sang et une analyse d'urine

Sensoria Sagesse de femme  
Centre de formation aux métiers du bien être  
n°siret : 51862370700016

Organisme de formation enregistré auprès du préfet de la région centre sous le n° 24 41 01093 41  
Centre de formation datadocke :Id-DD 0048164

certifié Qualiopi certificat n° B06172 actions formation par ICPF

Mise à jour 03 juin 2025



## Obésité et surpoids

Introduction

L'IMC

Connaître son poids idéal

Calories, besoins caloriques journaliers

Pourquoi et comment les personnes grossissent et pourquoi il est difficile de maigrir

Les causes

Facteurs de risque de l'obésité

Alimentation, comportements et habitudes

Les régimes yoyo

Conseils

Principes de base

Conseils pour manger plus de fruits et légumes

Règles indispensables

Les aliments brûleurs de graisse

La gestion du poids

## L'équilibre acido basique, les dangers de l'acidose

Introduction

Importance de l'équilibre acido basique au niveau digestif

Comment fonctionne l'équilibre acido basique dans l'organisme

Les causes

Conséquences de l'acidose

Les maladies dues à l'acidose

Liste des aliments acides, acidifiants et alcalinisants

La correction de l'alimentation

Le PRAL

## Psychomorphologie

La psychomorphologie c'est quoi ?

Intérêt de la psychomorphologie

Comment le corps se façonne-t-il ?

Déséquilibres et asymétries

Le visage

La psychomorphologie selon Hippocrate

Annexe

Les dysfonctionnements physiologiques (les maux de la peau, le surpoids, les intolérances et allergies sont développés dans les autres modules)

Les troubles de santé

Les rhumatismes

Le cancer

La dépression

Les maladies ORL

Le diabète

Le cholestérol

Les maladies cardio vasculaires

L'ostéoporose

Les problèmes de thyroïde

La candidose

Sensoria Sagesse de femme  
Centre de formation aux métiers du bien être  
n°siret : 51862370700016

Organisme de formation enregistré auprès du préfet de la région centre sous le n° 24 41 01093 41  
Centre de formation datadocke :Id-DD 0048164

certifié Qualiopi certificat n° B06172 actions formation par ICPF

Mise à jour 03 juin 2025



#### Module 4 :

##### Les bases de la médecine traditionnelle chinoise

Introduction

Les bases de la médecine traditionnelle chinoise

Les causes des maladies en MTC

Les bases sur lesquelles se fonde la MTC

La théorie du yin et du yang

Théorie des 5 éléments

L'énergie QI

Les méridiens

##### Initiation à l'ayurvéda

Introduction

Historique

Les 5 éléments

Les doshas

Les nadis

Les chakras

Indication phytothérapique

Carte d'identité ayurvédique

#### Module 5 : les cures

##### Les cures naturopathiques

Introduction

Les émonctoires

L'intoxication

L'intoxication

Les toxines

L'autolyse

Détoxification optimale

Les cures naturopathiques

Cure de détoxification

Cure de revitalisation

Le drainage des toxines

##### Jeunes et monodiètes

Histoire

Symptômes d'intoxication/d'intoxination le matin au réveil

Comment on s'empoisonne

Le côlon

Pourquoi jeûner

Ce qui se passe quand on jeûne

Évaluer son taux de toxicité

Dangers du jeûne

Contre indications

Précautions

Sortie du jeûne

Plan émotionnel

Les bienfaits

Comment jeûner

Comment s'arrêter de manger

Cures saisonnières et monodiètes

##### Hydrothérapie

Sensoria Sagesse de femme  
Centre de formation aux métiers du bien être  
n°siret : 51862370700016

Organisme de formation enregistré auprès du préfet de la région centre sous le n° 24 41 01093 41  
Centre de formation datadocke :Id-DD 0048164

certifié Qualiopi certificat n° B06172 actions formation par ICPF

Mise à jour 03 juin 2025



Historique  
Définition  
Les effets et précautions  
Les différents types de soins  
Des applications de l'hydrothérapie

## **Module 6 : les techniques**

### **Aromathérapie**

Qu'est ce que l'aromathérapie et qu'est ce qu'une huile essentielle

Le sens de l'aromathérapie

Une approche holistique

Un peu d'histoire

Définitions

Localisation

Mode de fabrication des huiles essentielles

Carte d'identité d'une huile essentielle

Les critères de qualité des huiles essentielles

Aromathérapie scientifique

Mode d'utilisation des huiles essentielles

Composition d'un parfum

Actions et bienfaits des huiles essentielles

Propriétés des huiles essentielles

Précautions à prendre

Les règles pour utiliser les huiles essentielles

Réglementation

Chémotypes pour aller plus loin

La lavande et le lavandin

Etude de 40 huiles essentielles

Les supports

Zoom sur les huiles végétales

Zoom sur les hydrolats, eaux florales

Aromathérapie cosmétique

Parfums d'humeur

Pour les vacances la trousse de secours

La pharmacie au quotidien

Pour les enfants

Pour les femmes enceintes

Soulager les maux avec l'aromathérapie

Stress

Allergies

Les huiles essentielles de la douleurs

En cuisine

Les ateliers d'aromathérapie familiale

### **Phytothérapie**

Mise en garde et Introduction

Histoire de la phytothérapie et de la « médecine » par les plantes

Préparations et formes galéniques de la phytothérapie

Le cryobroyage

La récolte des plantes médicinales

Les principes actifs

Précautions

Contre indications

Petit glossaire

Phytothérapie et systèmes

Les plantes en phytothérapie

Sensoria Sagesse de femme  
Centre de formation aux métiers du bien être  
n°siret : 51862370700016

Organisme de formation enregistré auprès du préfet de la région centre sous le n° 24 41 01093 41  
Centre de formation datadocke :Id-DD 0048164

**certifié Qualiopi certificat n° B06172 actions formation par ICPF**

Mise à jour 03 juin 2025



Petit guide des teintures mères et des maladies

La gemmothérapie

Grimoire de plantes

**Approche sur les fleurs de Bach**

Introduction

Fleurs de Bach et homéopathie

Mode de fabrication

Les exigences de la science

Réactions du corps

Comment fonctionne les fleurs de Bach

Les 38 remèdes

Comment utiliser les remèdes

Tableaux par somatisation

Résumé

Tableaux récapitulatifs

**Les bienfaits de l'argile (argilothérapie) et de l'aloé vera**

**l'argile :**

Introduction

Plusieurs sortes d'argile

Propriétés et utilisation des différentes argiles

Préparations

Précautions Recommandations

Les réactions possibles

Traitements

**Aloé vera :**

Histoire

Méthodes d'extraction

Propriétés Indications en fonction de la forme galénique

Composants naturels de l'Aloé Vera

Effets secondaires par voie interne

**Les compléments alimentaires**

Introduction

Carences micronutritionnelles

Objectifs

Conséquences

Précautions

Le curcuma

Les compléments : revitalisation

Agar agar

Les produits de la ruche : apithérapie

La spiruline

Klamath

Chlorure de magnésium

Levure de bière

Les champignons asiatiques

Les supers aliments

Qualité des compléments alimentaires

Interview de P Barakov chercheur en bulgarie

Guide des compléments

**Gestion du stress :**

Introduction

Qu'est ce que le stress

La définition scientifique du stress au travers de l'histoire

Sensoria Sagesse de femme

Centre de formation aux métiers du bien être

n°siret : 51862370700016

Organisme de formation enregistré auprès du préfet de la région centre sous le n° 24 41 01093 41

Centre de formation dataadocke :Id-DD 0048164

**certifié Qualiopi certificat n° B06172 actions formation par ICPF**

Mise à jour 03 juin 2025



Les mécanismes du stress  
Les notions à ne pas confondre  
Burnout  
Stress et émotions  
Le bon stress et le mauvais stress  
Amplificateurs personnels de stress  
Le SGA  
La réaction au stress  
Les complications au niveau santé  
Savoir reconnaître les symptômes  
Stress et prise de poids  
Les causes du stress  
Le stress oxydatif  
Le système nerveux et le cerveau  
Le système neuroendocrinien et le stress  
La mesure du stress  
Des réactions différentes face au stress  
Les types de personnes stressées  
Le nerf vague  
**La respiration et la relaxation :**  
Le système respiratoire  
Localiser la respiration  
Exercices de respiration  
La cohérence cardiaque  
Les objectifs de la relaxation  
Les étapes de l'apprentissage de la relaxation  
D'autres techniques de relaxation  
L'autohypnose  
La visualisation  
La musique  
Exercices de relaxation au travail  
**Méthodologie**  
La mauvaise humeur et l'irritabilité  
Les solutions naturelles en naturopathie  
La phytothérapie et l'aromathérapie  
Les cinq tibétains  
Les techniques manuelles anti-stress et la relaxation  
L'activité sportive ou physique  
Le sommeil  
L'alimentation  
Gérer le temps  
Connaissance de ses besoins  
Pensée positive  
Phrases positives, autosuggestion  
**Initiation à la sophrologie**  
Histoire et chronologie de la sophrologie  
La sophrologie décrite par l'école de Paris  
Les objectifs et les moyens de la sophrologie  
Le schéma corporel et l'image du corps  
Les étapes  
La sophrologie en détail  
Le training autogène de Schultz  
La méthode des couleurs  
La sophronisation de base

Sensoria Sagesse de femme  
Centre de formation aux métiers du bien être  
n°siret : 51862370700016

Organisme de formation enregistré auprès du préfet de la région centre sous le n° 24 41 01093 41  
Centre de formation datadocke :Id-DD 0048164

**certifié Qualiopi certificat n° B06172 actions formation par ICPF**

Mise à jour 03 juin 2025



La sophro acceptance progressive  
La sophro correction sérielle  
La sophro substitution sensorielle  
La sophro anamnèse  
La sophro analyse  
Bienfaits  
Relaxation dynamique 1<sup>er</sup> degré

### **Module 7 : les publics**

#### **Approche de la personne**

Introduction  
La communication non verbale  
Les gestes qui trahissent  
Le langage du corps  
Les couleurs  
Les mains  
La PNL  
Le speed profil  
Les émotions  
Le décodeur non verbal

#### **Le vieillissement**

Le vieillissement  
Qu'est ce que le vieillissement  
Le vieillissement naturelle  
Le vieillissement pathologique  
Le vieillissement prématuré  
Signes du vieillissement  
Le processus de vieillissement  
Les dommages du vieillissement

#### **Hygiène de vie**

-des femmes enceintes  
-des enfants et des adolescents  
-des sportifs  
-des personnes d'âge mur

### **Module 8 : l'activité sportive**

Ce module est composé d'articles scientifiques

#### **Ateliers de fin de formation**

Mises en situations et préparation au mémoire

#### **Massages et techniques corporelles compris dans la formation suivant les formules :**

- réflexologie plantaire  
- methode LHOVE  
- do in (pour le praticien et pour organiser des ateliers)  
- massage détox « minceur »

Sensoria Sagesse de femme  
Centre de formation aux métiers du bien être  
n°siret : 51862370700016

Organisme de formation enregistré auprès du préfet de la région centre sous le n° 24 41 01093 41  
Centre de formation dataadocke :Id-DD 0048164

**certifié Qualiopi certificat n° B06172 actions formation par ICPF**

Mise à jour 03 juin 2025

