

VOL. 01

NATUROPATHIE

NATURANEO

CAHIER DES INTERVENANTS

ÉDITION
LIMITÉE

Former des
naturopathes, révéler
des humains

PLUS QU'UNE
ÉCOLE

Une communauté, une
vision, une conviction,
une ambition

www.naturaneo.fr



0 00035 54562 0

À la découverte de nos experts

Chez Naturaneo, nous avons la conviction profonde que l'apprentissage ne se limite pas à des contenus pédagogiques, des modules à valider ou des savoirs à emmagasiner.

Ce qui fait vraiment la richesse de notre école, ce sont les humains qui l'animent, qui la font vibrer au quotidien, et qui transmettent bien plus que des connaissances : une vision du vivant, une philosophie de soin, un engagement pour la santé naturelle, et une présence authentique.



Ce Cahier des Intervenants, c'est notre manière de vous ouvrir les coulisses de l'école. De vous faire entrer dans notre maison, et de vous présenter les visages, les parcours, les inspirations qui composent notre belle équipe. **Ici, chaque intervenant est bien plus qu'un enseignant** : c'est un accompagnant, un passionné, un chercheur, un transmetteur, un guide.

Vous découvrirez dans ces pages des profils variés, complémentaires, riches de vécu, de savoirs et d'enseignements.

Chacun avec sa plante fétiche, sa recette bien-être préférée, son mantra personnel, et surtout, son envie profonde de faire partie de ce projet collectif qu'est Naturaneo.



Plus qu'une école... une communauté

Ce cahier a été conçu pour que vous puissiez ressentir l'esprit de famille qui nous anime. Nous espérons qu'il vous donnera le sentiment de faire partie d'un tout, **d'une aventure humaine et formatrice où chaque voix compte, chaque chemin est honoré**, et où chacun peut grandir à son rythme.

Yohan Mannone

MON RÔLE DANS L'ÉCOLE :

J'interviens tout au long du cursus à travers plusieurs modules (naturopathie, nutrition, environnement, entrepreneuriat...). Présent un peu partout dans l'école, je veille à incarner la vision que je porte et à faire vivre une formation à la fois exigeante, humaine et inspirante.

Mon parcours en quelques lignes :

Je suis naturopathe spécialisé en micronutrition depuis plusieurs années avec une grosse expérience en cabinet à Paris. mais également auteur de plusieurs ouvrages, formateur, entrepreneur et sportif professionnel.

Pourquoi j'ai créé le projet Naturaneo ?

Pour répondre à un besoin : proposer une formation à la fois moderne, rigoureuse, scientifique et ancrée dans le réel. Trop souvent, j'ai constaté des approches trop ésotériques ou déconnectées du terrain. Pour construire une école qui donne du sens, qui inspire, et qui forme des professionnels prêts à changer des vies en commençant par la leur. Car la naturopathie a sauvé la mienne.

Mon conseil pour réussir sa formation ?

Immergez-vous pleinement dans l'aventure. La naturopathie ne s'apprend pas uniquement via les livres : elle se vit, se teste, s'expérimente au quotidien.

" La santé ne vient pas à toi, elle vient de toi "

Mon conseil aux futurs praticiens ?

Restez curieux, humbles et ouverts. La naturopathie est une discipline vivante, en perpétuelle évolution. Continuez à vous former, à lire, à confronter les approches en intégrant les récentes données scientifiques tout en respectant l'héritage des médecines traditionnelles. Nous ne savons pas tout de l'humain !

Un livre ou un film qui m'a marqué ?

Le livre "Le Pouvoir du Moment Présent" d'Eckhart Tolle.



CE QUE J'AURAIS AIMÉ QU'ON M'APPRENNE À MES DÉBUTS :

Qu'on me dise qu'être naturopathe ne se limite pas à connaître des plantes ou des techniques naturelles, mais que c'est avant tout un métier profondément humain, où l'écoute, la posture et l'adaptabilité sont clés.

Ma plante préférée ?

Le gingembre et de loin ! J'aime sa polyvalence : anti-inflammatoire digestif, réchauffant, tonique, anti-nauséeux, immunostimulant... Je trouve qu'il agit sur de nombreux terrains avec une grande intelligence biologique

Ma recette préférée ?

Le ceviche de daurade aux agrumes. J'aime ce mélange de douceur, d'acidité et de peps. Savoureux et rempli de bénéfices pour la santé !

Mon rituel bien-être ?

Promener mon chien chaque matin, sans téléphone, connecté au silence, à la nature et à l'instant présent.

Marion Paret

MON RÔLE DANS L'ÉCOLE :

J'interviens tout au long du cursus : santé de la femme, suivi du sportif, accompagnement des élèves, entrepreneuriat...

Ma spécialité au sein de l'équipe ? Créer du lien entre les savoirs, structurer une vision cohérente, et guider chacun vers une pratique ancrée, précise et puissante.

Mon objectif : que chaque élève comprenne le corps humain en profondeur et devienne un praticien ou une praticienne solide, curieux(se), et confiant(e).

Mon parcours en quelques lignes :

Je suis kinésithérapeute du sport depuis 2017.

En 2021, je reprends mes études en naturopathie et micronutrition, avec une obsession : comprendre le corps dans sa globalité pour aller au-delà du symptôme.

Je me spécialise rapidement en santé hormonale, santé féminine, digestion et performance, avec une approche à la fois rigoureuse, humaine et tournée vers l'autonomie du patient.

Aujourd'hui, je forme, j'accompagne, et je transmets tout ce que j'aurais aimé qu'on me donne en début de parcours.

Pourquoi j'ai créé le projet Naturaneo ?

Je n'ai eu de cesse de me former et d'approfondir mes connaissances ces dernières années, et c'est un honneur d'avoir aujourd'hui l'opportunité de porter un tel projet pour transmettre à mon tour. Ce projet est pour moi bien plus qu'une école : c'est une mission.

Mon conseil pour réussir sa formation ?

Prenez du plaisir tout au long de votre cursus ! Les connaissances que vous allez acquérir vont transformer votre vie, votre santé, celle de vos proches et de tout vos clients par la suite. C'est un merveilleux cadeau que vous vous faites à vous-même : savourez-en chaque miette !

Et comptez sur nous pour faire de ce parcours votre plus belle aventure.

*" L'avenir appartient à
ceux qui croient en leurs
rêves !"*

Mon conseil aux futurs praticiens ?

Soyez curieux, gardez en tête que le corps est une machine complexe et fabuleuse. Alors continuez d'apprendre et...

Faites-vous confiance ! La répétition est mère de tout apprentissage. Vous vous apprêtez à exercer un métier merveilleux et profondément humain : félicitations !

Un livre ou un film qui m'a marqué ?

"Les 4 Accords Tolteques" de Don Miguel Ruiz.

"The mountain is you" de Brianna Wiest



CE QUE J'AURAI AIMÉ QU'ON M'APPRENNE À MES DÉBUTS :

Que la naturopathie est une approche pleine de bon sens de la santé. J'avais personnellement des a priori négatifs à son sujet... Je ne regrette pas d'avoir été curieuse et ouverte d'esprit, et d'avoir repris mes études.

Écoutez attentivement le ressenti du consultant : le corps sait et le corps parle !

Ma plante préférée ?

Le macérat de bourgeon de Figuier. Un merveilleux outil, tant sur le plan psycho-émotionnel que sur le plan digestif. Son efficacité m'étonnera toujours !

Ma recette préférée ?

La quiche saumon-épinards de ma maman. Je vis en Australie, et je sais qu'elle est systématiquement au menu lorsque je rentre voir mes proches en France. Miam !

Mon rituel bien-être ?

Marcher chaque jour en extérieur, rire autant que possible, exprimer ma gratitude, et écrire.

Ces petites routines simples sont mes ancrages.

Et bien sûr... un bon massage de temps en temps

William Kadmiry

MON RÔLE DANS L'ÉCOLE :

Je serai présent tout au long de la formation. Vous me retrouverez notamment dans les modules consacrés à la micronutrition, aux hormones thyroïdiennes, aux troubles cutanés, à la santé masculine, ainsi qu'à l'anamnèse en consultation naturopathique. J'animerai régulièrement des lives questions-réponses.

Mon parcours en quelques lignes :

Je suis naturopathe, spécialisé en hormonologie et en micronutrition. Issu du monde du sport, j'ai d'abord exercé comme coach sportif avant de me tourner vers la santé globale. Formateur depuis plus de 6 ans, j'ai débuté dans les domaines du sport et de la nutrition, puis je me suis consacré à la formation en ligne dès 2019. Aujourd'hui, j'accompagne les professionnels de santé et du bien-être dans l'approfondissement de leurs compétences, en alliant approche scientifique et vision holistique.

Pourquoi j'ai créé le projet Naturaneo ?

Je suis convaincu que la naturopathie vit un tournant majeur de son histoire en France. Elle doit aujourd'hui concilier ses fondements traditionnels avec les exigences de rigueur, de méthode et les avancées scientifiques récentes. Face aux enjeux de santé modernes, qui ont profondément évolué ces dernières décennies, il est essentiel que les naturopathes soient formés, outillés et prêts à y répondre. L'alliance entre naturopathie traditionnelle et naturopathie scientifique est, selon moi, la clé pour accompagner durablement chacun vers un équilibre de santé optimal.

Mon conseil pour réussir sa formation ?

Pratiquer le plus tôt possible est essentiel, car la théorie seule, sans expérience concrète, perd en légitimité. Sans mise en pratique, on risque de s'enfermer dans des dogmes, jamais confrontés à la réalité du terrain.

" Incarner ce que l'on prône, au quotidien "

Mon conseil aux futurs praticiens ?

Incarnez pleinement ce que vous prônez. Faites de vous-même votre premier terrain d'expérimentation : c'est ainsi que vous gagnerez en confiance, en crédibilité et en légitimité dans les conseils que vous transmettez. Sans cette cohérence entre discours et expérience, vous risquez de rester une simple projection théorique — un artefact déconnecté du réel.

Un livre ou un film qui m'a marqué ?

La naturopathie foudroyée de Robert Masson. C'est à ce moment là que j'ai pris conscience du piège dans lequel pouvait s'engouffrer certaines approches dogmatiques en naturopathie.



CE QUE J'AURAIS AIMÉ QU'ON M'APPRENNE À MES DÉBUTS :

Consacrez plus de temps aux cas pratiques qu'à mémoriser chaque détail biochimique de chaque plante.

Nous sommes avant tout des praticiens de terrain, pas des chercheurs. Une base scientifique solide est bien sûr indispensable, mais c'est l'expérience concrète qui forge la justesse de vos accompagnements.

Ma plante préférée ?

Le Ginkgo Biloba, symbole de résilience. Au-delà de ses bienfaits sur la santé, c'est toute l'histoire de cette plante millénaire qui force l'admiration. Survivant des âges, témoin des bouleversements du monde, le Ginkgo incarne la force tranquille de la nature et inspire notre propre capacité à traverser les épreuves.

Ma recette préférée ?

Un bon steak Angus, une salade de tomates au basilic, une huile d'olive d'exception et du gros sel. J'adore ce plat pour sa simplicité, la richesse des saveurs et la qualité brute des ingrédients. Authentique, nourrissant, sans fioritures.

Mon rituel bien-être ?

Les moments de jeux et de rire passés en famille. Et... la chaleur d'une bonne session de sauna !

François Benavente

MON RÔLE DANS L'ÉCOLE :

Naturopathe orthodoxe, je vais vous transmettre les cours sur l'enseignement de nos aînés, les pères de la naturopathie, le sommeil, l'hydrologie...

Mon parcours en quelques lignes :

Après une vie de voyage, j'ai trouvé à 30 ans ma vocation, la santé par le bon sens. Entre deux avions, j'ai alors repris l'école (ISUPNAT), mais le jetlag m'empêchait d'être assidu, ou d'assister à tous les cours. J'ai dû alors travailler directement tous auteurs en me constituant en trois ans une bibliothèque de plus de 300 livres. Et ça a été visiblement le plus bel investissement que j'ai fait de ma vie.

Pourquoi j'ai rejoint le projet Naturaneo ?

Pour apporter ma pierre à l'édifice (vous enseigner cette naturopathie orthodoxe si chère à PV Marchesseau) à un projet qui regroupe les meilleurs naturopathes d'aujourd'hui. Quel privilège de faire partie de l'équipe Naturaneo !

Mon conseil pour réussir sa formation ?

Ne devenez pas « l'Homme d'un seul livre », durant cette formation, la pluralité et la curiosité seront vos deux meilleurs amis !

" Soyez résolue à ne plus servir et vous voilà libre "

Etienne De La Boétie

Mon conseil aux futurs praticiens ?

J'ai commencé à gagner de l'argent quand j'ai compris que je n'avais pas de concurrents, mais des collègues et amis avec qui je devais avancer main dans la main. Me réjouir de leurs succès, partager leurs offres, mettre en avant leurs livres, formations, et surtout, apprendre d'eux. Aujourd'hui, les praticiens de santé qui choisissent d'avancer seuls, ne vont pas loin, ne l'oubliez pas.

Un livre ou un film qui m'a marqué ?

« Bienheureux ceux qui souffrent » de Paul Carton.
Car oui, celui qui a dit que la naturopathie est une médecine douce n'a rien compris.



CE QUE J'AURAIS AIMÉ QU'ON M'APPRENNE À MES DÉBUTS :

La sémiologie glandulaire, les analyses biologiques, à utiliser des plateformes d'études scientifiques. Aussi, je pense que Naturaneo est la seule école de naturopathie à vivre nos techniques par notre pratique quotidienne. « Médecin, soigne-toi toi-même ! La bonne leçon est celle qui émane de l'œuvre » Hippocrate

Ma plante préférée ?

Le romarin, car c'est un véritable couteau suisse. Une plante qui accompagne les processus homéostasiques au lieu de pousser aveuglément à une détoxination.

Ma recette préférée ?

La crème renversée au caramel. Rien de bon à première vue, mais ce dessert représente ma Madeleine de Proust. La ou certains voient des calories, moi je vois, des souvenirs, des émotions, beaucoup d'amour. Et c'est aussi ça l'alimentation santé.

Mon rituel bien-être ?

Passer des moments de qualité avec ma fille, cuisiner, chanter, lire, faire du vélo... Tous les matins.

Sophie Laval

MON RÔLE DANS L'ÉCOLE :

Intervenante en Médecine Traditionnelle Chinoise.

Mon parcours en quelques lignes :

Un parcours atypique : un désir de devenir médecin mais braquée avec les sciences, je me suis orientée vers les langues et plus particulièrement l'allemand, puis la sophrologie et tous les outils du coach. Fervente consultante en acupuncture depuis mon adolescence, j'ai eu la chance de croiser la route du Dr Requena à mon arrivée en Provence il y a 15 ans. Je l'ai alors suivi dans son cursus de formation à l'Hôpital Cochin, formation à l'issue de laquelle il m'a proposé de prendre sa succession. Petit à petit, j'ai enrichi ma pratique avec le massage Tuina, la diététique Chinoise, le lifting par acupuncture, la micronutrition... Bref, je suis arrivée à la « médecine » non par l'autoroute mais par les petites routes de campagne.

Pourquoi j'ai rejoint le projet Naturaneo ?

Je me reconnais dans les valeurs de Naturaneo.

Mon conseil pour réussir sa formation ?

2 mots : plaisir et bienveillance ! Du plaisir car c'est le meilleur moteur pour apprendre et la bienveillance car il faut plus qu'une vie pour maîtriser ces apprentissages.

« N'attends pas que les événements arrivent comme tu le souhaites. Décide de vouloir ce qui arrive et tu seras heureux. »

Epictète

Mon conseil aux futurs praticiens ?

Faites-vous confiance ! Quand j'ai commencé ma formation en MTC, je ne comprenais rien, je me demandais même ce que je faisais là...et puis, il y a un déclic, puis un deuxième et tout prend sens et là, c'est magique !

Un livre ou un film qui m'a marqué ?

Tous les livres de Marie Pierre Dillenseger, riches en enseignements sur la pratique des arts chinois dans notre quotidien. Un film très « fille » qui fait du bien : « Mange, Prie, Aime »



CE QUE J'AURAIS AIMÉ QU'ON M'APPRENNE À MES DÉBUTS :

La patience ! Ma soif d'apprendre est trop grande et j'avoue que j'ai parfois du mal à la freiner...

Ma plante préférée ?

La mélisse : c'est un peu ma madeleine de Proust qui me rappelle ma grand-mère et son Eau de Mélisse des Carmes Boyer, sa solution SOS aux inconforts.

Ma recette bien-être préférée ?

Elle ne sera pas culinaire mais juste rire, marcher et respirer !

Mon rituel bien-être ?

Le matin : m'étirer et commencer la journée avec un grand verre d'eau.

Le soir : une douche avec un scanne corporel pour visualiser tout ce qui a pu me contrarier glisser et disparaître avec l'eau et une pause gratitude pour tous les bons moments de la journée.

Lionel Gillot

MON RÔLE DANS L'ÉCOLE :

Intervenant sur le module dédié à l'accompagnement et la prise en charge du cancer de manière holistique.

Mon parcours en quelques lignes :

Docteur en sciences biomédicales et pharmaceutiques, j'ai consacré ma thèse de doctorat à l'étude du cancer du col de l'utérus. En parallèle de mes consultations, j'occupe également le poste de responsable scientifique au sein d'un laboratoire de compléments alimentaires. Cette double casquette me permet de contribuer à la santé autrement : en développant des formules ciblées et innovantes, adaptées aux besoins de chacun.

Pourquoi j'ai rejoint le projet Naturaneo ?

J'ai été touché par leur approche de la santé à la fois scientifique, humaine et globale. C'est aussi l'opportunité de contribuer à un projet porteur de sens.

Mon conseil pour réussir sa formation ?

Apprenez à développer une pensée critique, une écoute active et une vraie curiosité scientifique. Ne cherchez pas à tout savoir d'un coup. Approfondissez, questionnez, expérimentez, et surtout, gardez à l'esprit que l'on accompagne un être humain, pas un symptôme.

« Soyez acteur
de votre santé »

Mon conseil aux futurs praticiens ?

Restez curieux. Continuez à apprendre, mais ne perdez jamais de vue que la science, aussi fondamentale soit-elle, ne remplacera jamais l'empathie. Ce que vous savez aura de la valeur, mais ce que vous êtes fera toute la différence.

Un livre ou un film qui m'a marqué ?

Le film « Mange, Prie, Aime » avec Julia Roberts, ce film est juste magnifique et donne une claque sur la remise en question, le développement personnel, et trouver sa place dans l'univers.



CE QUE J'AURAIS AIMÉ QU'ON M'APPRENNE À MES DEBUTS :

Qu'on n'a pas toujours toutes les réponses aux questions de la personne qui est en face. Et que c'est ok. J'aurais aimé qu'on me dise que reconnaître ses limites n'est pas un aveu de faiblesse, mais un signe de maturité et de respect.

Ma plante préférée ?

Je dirai l'ashwagandha pour son utilisation multiple : stress, thyroïde, hormonale...

Ma recette bien-être préférée ?

La choucroute. J'adore ce plat ! En plus les produits fermentés sont top pour la santé.

Mon rituel bien-être ?

Des séances de sport hebdomadaire pour permettre de se vider l'esprit, des promenades ou des trails en pleine nature pour se ressourcer et voyager car découvrir d'autres paysages et d'autres cultures, c'est très ressourçant.

Maité Delenseigne

MON RÔLE DANS L'ÉCOLE :

Intervenante en cosmétologie naturelle et prise en charge externe des pathologies cutanées.

Mon parcours en quelques lignes :

Docteur en biologie spécialisée en biologie et experte en composition de produits cosmétiques, j'ai longtemps travaillé dans un univers très scientifique... jusqu'à ce que la naturopathie vienne bousculer mes repères. Passionnée par la peau, les actifs naturels et la dimension émotionnelle du soin, j'ai réuni les deux mondes pour créer une approche unique de la cosmétique, à la fois rigoureuse, sensorielle et profondément humaine.

Pourquoi j'ai rejoint le projet Naturaneo ?

Parce que j'ai enfin trouvé une voie et une voix qui me ressemble. Une école où je n'ai pas à choisir entre la blouse de scientifique et l'élan naturel de la naturopathe. Cette vision novatrice, exigeante, scientifique, fonctionnelle et surtout profondément cohérente, incarne exactement l'enseignement que j'aurais rêvé de recevoir.

Mon conseil pour réussir sa formation ?

Penser à 360°. Toujours remettre en question, creuser, explorer. Garder une curiosité intacte, une exigence de vérité, et surtout ne jamais perdre de vue le cœur de notre métier : la personne en face de nous.

« *La connaissance, c'est le pouvoir* »

Mon conseil aux futurs praticiens ?

Soyez précurseurs. Ne vous contentez pas de reproduire. Expérimentez, questionnez, reliez les points entre science et intuition. Vous êtes les praticiens d'une nouvelle ère, celle où la naturopathie redevient crédible, rigoureuse et transformative.

Un livre ou un film qui m'a marqué ?

"Clean" de Dr. Alejandro Junger. Un livre qui m'a fait prendre conscience du lien fondamental entre détox, peau et charge toxique invisible. Il a été un déclencheur fort dans mon parcours vers une cosmétologie plus consciente et fonctionnelle.



CE QUE J'AURAIS AIMÉ QU'ON M'APPRENNE À MES DÉBUTS :

Qu'il n'existe pas UNE vérité. Et que notre plus grande force, c'est d'apprendre à danser avec les paradoxes : entre science et nature, rigueur et intuition, connaissance et écoute.

Ma plante préférée ?

La pensée sauvage (Viola tricolor). Parce qu'elle incarne la délicatesse et la puissance. Détoxifiante, anti-inflammatoire, elle est une alliée précieuse pour la peau.

Ma recette bien-être préférée ?

Le Beauty Ceviche Bowl ! Un filet de dorade bien frais, mariné au citron bio, accompagné d'un mélange de légumes colorés (chou rouge, carottes, avocat, pousses d'épinards, mâche, roquette), de pois chiches et de graines germées.

Mon rituel bien-être ?

Tisane peau nette (bardane, pensée sauvage, ortie), auto-massage du visage avec une huile végétale, et 3 pages de journaling pour déposer le mental avant de commencer ma journée.

Manon Borderie

MON RÔLE DANS L'ÉCOLE :

Intervenante sur le module prise en charge des troubles digestifs.

Mon parcours en quelques lignes :

2019 : diplôme de naturopathe (CFPPA, hyères)

2022 : divers formations en sus avec des laboratoires/organisme indépendant (SIBO, thyroïde, endométriose...)

2023 : diplôme de biologie médicale appliquée à la nutrition, institut SIIN, Dr olivier Coudron

2024 : nutrithérapeute, école du Dr Jean-Paul Curtay, Belgique

Pourquoi j'ai rejoint le projet Naturaneo ?

Parce que Naturaneo correspond à ma vision de la naturopathie, une école qui allie modernité (qui parle de bilans sanguins, de choses pointues, loin des principes uluberlus que l'on retrouve dans certains courants hygiénistes) et « médecine » traditionnelle (phytothérapie, jeûne, etc.)

Mon conseil pour réussir sa formation ?

Avancez pas à pas, avec assiduité et curiosité. N'essayez pas de tout retenir d'un coup : laissez les savoirs s'infuser comme une bonne tisane. Soyez réguliers dans vos leçons, posez des questions, reliez toujours la théorie à la vie (en testant sur vous-mêmes les outils ou sur vos proches, c'est la meilleure école).

*« Ce que tu penses, tu le deviens.
Ce que tu ressens, tu l'attires. Ce
que tu imagines, tu le crées »*

Bouddha

Mon conseil aux futurs praticiens ?

N'oubliez jamais que la naturopathie, avant d'être un savoir, est un art de vivre. Derrière les plantes, les bilans, les techniques, il y a une écoute du vivant, simple et sincère. En cas de doute, ou cas complexes, revenez aux fondamentaux, respiration, mouvement, joie, ajouter des choses à son alimentation plutôt que d'en retirer, plante facile d'utilisation... »

Un livre ou un film qui m'a marqué ?

Le film « Un jour sans fin » vraiment magnifique ! Et le livre « Et tu trouveras le trésor qui sommeille en toi » de Laurent Gounelle.



CE QUE J'AURAIS AIMÉ QU'ON M'APPRENNE À MES DEBUTS :

Que l'alimentation n'est pas la réponse à tous les problèmes (même s'il s'agit d'un pilier évidemment) et les extrêmes non plus (crus/détox/végan/low carb etc.)

Ma plante préférée ?

La verveine odorante, Aloysia citrodora, parce qu'elle ultra apaisante, aide à calmer l'esprit, favorise un bon sommeil, digestive et a une odeur divine : entre citron, fraîcheur et soleil.

Ma recette bien-être préférée ?

Dattes + purée d'amande bien sûr ! Mais s'il faut en citer une plus élaborée je dirais curry vert au légumes (recette thaïlandaise).

Mon rituel bien-être ?

Le matin : méditation guidée à l'aide de l'application Envol, rédaction de gratitude, eau chaude & compléments alimentaires (zinc, vit D et autres selon les besoins ponctuels) et petit-déjeuner protéiné.

Nathalie Faggianelli

MON RÔLE DANS L'ÉCOLE :

Intervenante pour les modules de phytothérapie, méthodologie bibliographique (lecture critique d'articles scientifiques), préconception, grossesse, allaitement et pédiatrie.

Mon parcours en quelques lignes :

J'ai suivi tout d'abord un parcours scientifique académique pour obtenir un diplôme ingénieur en biotechnologies puis un doctorat en biologie moléculaire cellulaire. J'ai validé un DU de phytothérapie, suivi une école des plantes (Bailleul) ainsi que le cursus Althea Provence de Christophe Bernard en phytothérapie et le cursus AMSOAM du Dr Maillard en aromathérapie clinique et scientifique. J'ai décidé d'élargir mon approche par une école de naturopathie (Euronature), mais c'est plutôt via les formations en biologie fonctionnelle et micronutrition que j'ai pu approfondir mes connaissances et m'installer en tant que thérapeute. DFM formation micronutrition, modules SIIN et CFNA micronutrition + formations continues sur les sujets de troubles digestifs (SIBO notamment), histamine (Dr Lucie Wetchoko), microbiotes via SFM/Académie du microbiote urogénital/congrès professionnels, hormonologie, pédiatrie, phyto.

Pourquoi j'ai rejoint le projet Naturaneo ?

J'ai été très déçue, insatisfaite par la formation de naturopathie il y a quelques années, sur le contenu des cours, le fait de survoler sans réellement approfondir, les lacunes voire les erreurs dans certains modules. Et en comparant avec les écoles actuelles, le constat était le même. J'ai beaucoup plus apprécié la démarche, la rigueur des formations de biologie fonctionnelle et micronutrition. Je trouvais cela dommage, car à tort ces formations de naturopathie donnent raison aux détracteurs de la discipline et aux abus décrits de dérives sectaires. La formation en l'état actuellement en France ne nous permet pas d'avoir une réelle légitimité en tant que praticien, ni de solides bases de connaissances pour exercer.

« Ton art n'est pas de savoir le nombre de personnes qui aiment ton travail, ton art est de savoir si ton cœur aime ton travail si ton âme aime ton travail... »

Rupi Kaur

Mon conseil aux futurs praticiens ?

Être curieux avec du sens critique, ne pas se contenter de ses acquis mais lire, creuser plus loin, questionner. Continuer sans cesse de se former.

Mon conseil pour réussir sa formation ?

Pour avancer sereinement, instaurez dès le départ une routine de travail régulière. Prévoyez des temps dédiés chaque semaine à la révision, à la pratique et à la réflexion personnelle. Ne vous contentez pas des supports écrits, mais créez-vous vos propres éléments de révision et de travail futurs : des fiches, des schémas résumés, des tableaux de synthèse. Et surtout, ne cherchez pas à tout maîtriser d'un coup : avancez pas à pas, en faisant confiance au processus. La constance est votre meilleure alliée dans ce cheminement.

Un livre ou un film qui m'a marqué ?

Aline Mercan, Manuel de phytothérapie éco-responsable. Renouons avec nos trésors locaux, n'oublions pas notre pharmacopée avant de se laisser appâter par les plantes exotiques...



CE QUE J'AURAIS AIMÉ QU'ON M'APPRENNE À MES DÉBUTS :

J'aurais aimé qu'on souligne le fait qu'il n'y a et n'y aura jamais de protocole tout écrit pour accompagner quelqu'un et que la clé réside dans l'écoute attentive, la personnalisation en mobilisant ces connaissances pour conseiller au mieux et l'expérience de terrain. Le savoir ne suffit pas sans l'expérience vécue ! et celle-ci viendra avec le temps. On peut assimiler beaucoup de théories, mais j'aurais aimé qu'on insiste davantage sur l'intégration par la pratique, le ressenti, l'expérimentation personnelle. Et enfin, j'aurais voulu qu'on souligne combien il est important d'être critique sur ce qu'on lit, apprend, et important de comprendre la notion de l'Evidence Based Medicine et les biais qu'elle comporte !

Ma plante préférée ?

L'ortie piquante. Une mal aimée, qualifiée de mauvaise herbe et pourtant ! Une plante locale, qui pousse facilement et dont la feuille regorge de richesses. Les études n'ont pas (encore) démontré qu'elle répond à la définition d'adaptogène, mais dans la pratique elle a tout d'une grande adaptogène européenne !

Ma recette bien-être préférée ?

L'osso bucco ! Avec tomates ou fenouil, patate douce, olives et épices et un os à moelle la cuisson longue basse température rend la viande tellement moelleuse.

Mon rituel bien-être ?

Quelques étirements, routine yoga 10 à 30 minutes selon les matins au calme qui me permet de m'étirer, me réveiller en douceur corps et mental, puis un PDJ protéiné copieux avec une tisane et une lecture.

Rémi Crognier

MON RÔLE DANS L'ÉCOLE :

Intervenant pour le module sur l'anatomie et la physiologie.

Mon parcours en quelques lignes :

Je suis kinésithérapeute depuis 2017, avec une spécialisation dans la prise en charge du sportif depuis 2018. J'ai toujours exercé en libéral, avec un intérêt particulier pour le système musculo-squelettique et les pathologies liées au mouvement.

Mon parcours m'a amené à travailler auprès d'athlètes de haut niveau, d'abord au sein du DFCO (football professionnel), puis avec la Fédération Française de Tennis. Depuis trois ans, j'ai la chance de faire partie de l'équipe kinés de Roland Garros et du Master 1000 de Paris-Bercy. Titulaire d'un Diplôme Universitaire en trail running, je m'intéresse également à la prévention et à l'accompagnement des coureurs et traileurs. Mon approche est centrée sur la compréhension fine du corps en mouvement, avec une volonté de transmettre de façon accessible et appliquée.

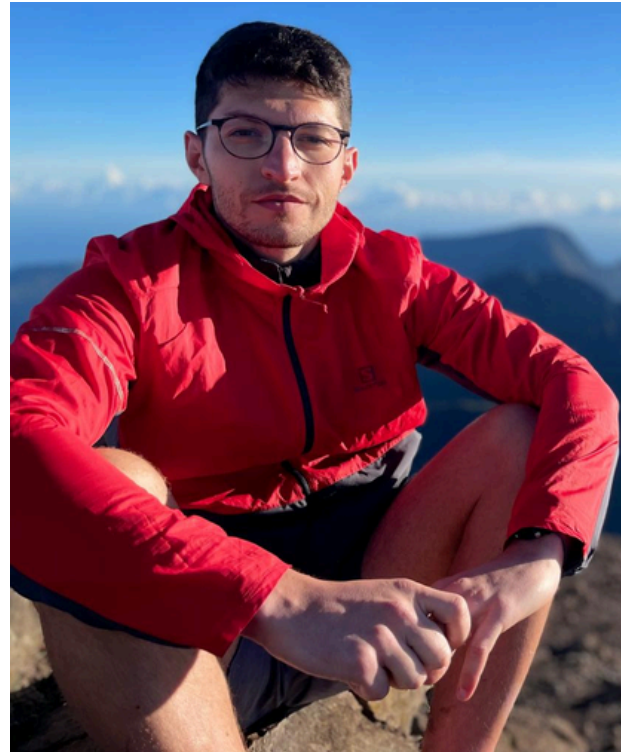
Pourquoi j'ai rejoint le projet Naturaneo ?

J'ai rejoint Naturaneo car j'y ai retrouvé une approche sérieuse, moderne et cohérente de la naturopathie — à la fois ancrée dans la science et ouverte à une vision globale de la santé. Connaissant le professionnalisme, l'engagement et la passion de Marion, j'ai tout de suite eu confiance dans le projet. Enseignant vacataire en IFMK et en UFR STAPS, transmettre fait partie intégrante de ma pratique de professionnel de santé. Participer à ce module d'anatomie et physiologie, c'est pour moi une belle occasion de partager, d'échanger et de rendre le corps humain vivant et compréhensible.

« Mieux comprendre son corps, c'est déjà commencer à en prendre soin »

Mon conseil pour réussir sa formation ?

Vivez cette formation comme un vrai tournant de vie. Soyez curieux, investis et prêts à explorer un champ vaste : nutrition, plantes, anatomie, émotions... Rien ne s'improvise, tout s'apprend. Et plus vous y mettez de cœur et de rigueur, plus cette aventure sera transformante.



CE QUE J'AURAIS AIMÉ QU'ON M'APPRENNE À MES DEBUTS :

Que la curiosité professionnelle est une force précieuse. Ce métier demande de ne jamais cesser d'apprendre, de chercher, de confronter ses idées. J'aurais aimé qu'on me dise que poser des questions, douter, creuser un sujet en profondeur... c'est déjà progresser.

Ma recette bien-être préférée ?

Une belle salade de fruits bien fraîche... accompagnée d'une (petite) verrine de tiramisu maison ! Parce que le bien-être, c'est aussi le plaisir, l'équilibre et un brin de gourmandise assumée.

Mon rituel bien-être ?

Un footing en fin de journée, quand le corps a besoin de se défouler et l'esprit de s'aérer. Avec un bon podcast dans les oreilles, c'est mon moment pour déconnecter... ou mieux reconnecter.

Un livre ou un film qui m'a marqué ?

Sapiens de Yuval Noah Harari. Ce livre m'a ouvert les yeux sur l'évolution de l'humanité, notre impact sur le monde et les choix qui façonnent notre avenir. Une véritable réflexion sur l'histoire de l'homme, qui remet en question nos certitudes et nous pousse à réfléchir différemment sur notre place dans le monde. Plus récemment, Du bon sens dans notre assiette d'Anthony Berthou.

Sophie Dupont

MON RÔLE DANS L'ÉCOLE :

Intervenante pour le module d'apithérapie, soigner avec les produits de la ruche.

Mon parcours en quelques lignes :

Mon parcours professionnel a commencé avec un diplôme d'infirmière. Passionnée par l'oncologie, j'ai exercé pendant 4 ans au sein du centre de lutte contre le cancer de Lille. J'ai petit à petit quitté les soins infirmiers pour rejoindre Ballot-Flurin. Je me suis formée en apithérapie au fil des années. Je savoure mes 10 ans d'expérience en naturopathie, alimentés par un diplôme de coach professionnelle certifiée RNCP.

Pourquoi j'ai rejoint le projet Naturaneo ?

Rencontrer l'équipe fondatrice Naturaneo m'a conforté dans l'idée qu'il était possible d'ouvrir les portes à une approche renouvelée de la naturopathie, simplifiée mais aussi libérée de la lourdeur de certains dogmes. Le bon sens, les valeurs humaines et la valeur de la vie ne sont pas perdus !

Mon conseil pour réussir sa formation ?

Appliquer les principes appris et les expérimenter est une étape indispensable ! On ne conseille pas ce qu'on ne pratique pas soi-même ! Par contre, il ne faut pas non plus tomber dans le dogme et une application trop poussée.

« Entrez par la porte étroite ! En effet, large est la porte, spacieux le chemin menant à la perdition, et il y en a beaucoup qui entrent par là, mais étroite est la porte, resserré le chemin menant à la vie, et il y en a peu qui les trouvent. » »

Matthieu 7:13-14

Mon conseil aux futurs praticiens ?

Pour moi, la joie, le bonheur, la vie sociale, sont aussi des facteurs clés d'un bon état de santé. Pas de thérapie sans "happy" ni "api" ! Alors inspirez par votre joie de vivre et par l'exemple. Si la naturopathie vous donne la vie, alors elle vous fera vivre !

Un livre ou un film qui m'a marqué ?

Le Monde que l'on porte d'Alia Cardyn et le sens que l'on donne à sa "mission de vie".



CE QUE J'AURAIS AIMÉ QU'ON M'APPRENNE À MES DÉBUTS :

Que pousser la pratique à l'extrême peut faire tomber inconsciemment dans l'orthorexie. Rappelons le, la naturopathie c'est une prise en charge complète du corps, de l'âme et de l'esprit. La nourriture alimentaire n'est pas le seul canal de soin.

Ma plante préférée ?

Je suis obligée de citer un produit de la ruche ! :

Si je ne devais en choisir qu'un (presque impossible pour moi), ce serait le pollen pour ses innombrables bienfaits.

Ma recette bien-être préférée ?

La blanquette de veau avec supplément légumes, partagée avec ma famille ! La naturopathie va au-delà des images instagrammables enduites d'avocats et parsemées de graines germées.

Mon rituel bien-être ?

Gratitudes et prières au réveil et au coucher. Pas d'écran avant d'avoir petit déjeuner protéiné et souvent salé.

Alexandre Lefebvre

MON RÔLE DANS L'ÉCOLE :

Intervenant pour le module en biochimie appliquée à la naturopathie.

Mon parcours en quelques lignes :

2019 - 2021 : École Supérieure de Naturopathie de Dijon

2022 : Certificat de formation en phytoembryothérapie (niveaux I et II) - Dr Franck Ledoux

2023 : DUOPRATIK (DFM Formations)

2023 - 2024 : DIUE MAPS - Université Paris Cité (major de promotion)

2024 : Université de base - NutriHealth Academy - Pr Vincenzo Castronovo (major de promotion)

2024 : HORMONOPRATIK (DFM Formations)

2024 - 2025 : Formations privées du Dr Anne Lucas - CCMP (accompagnement des différentes phases du stress, prise en charge micronutritionnelle du surpoids et de l'obésité, prévention des maladies de civilisation - troubles cardiovasculaires)

2025 : SIBOPRATIK (DFM Formations)

(formation, expériences, évolution, spécialités...)



Pourquoi j'ai rejoint le projet Naturaneo ?

De pouvoir proposer aux futurs naturopathes des clés de compréhension basées sur des faits scientifiques. Comprendre, apprendre et appliquer les processus biochimiques impliqués dans la physiopathologie des consultants.

« Comprendre, apprendre et appliquer »

Vincenzo Castronovo

Mon conseil pour réussir sa formation ?

Le même conseil qu'il m'a été donné : travailler (surtout si c'est votre passion, alors cela ne sera pas vécu comme un travail).

Mon conseil aux futurs praticiens ?

Rester juste, honnête et précis dans votre pratique.

CE QUE J'AURAIS AIMÉ QU'ON M'APPRENNE À MES DÉBUTS :

Davantage de bases scientifiques (biochimie, biologie cellulaire, etc.).

Ma plante préférée ?

La rhodiole (elle m'a beaucoup aidé notamment au cours du DIUE MAPS).

Ma recette bien-être préférée ?

Dahl de lentilles au curry avec la coriandre fraîche.

Mon rituel bien-être ?

Étirements, exercices de respiration et renforcement musculaire poids de corps chaque matin.

Un livre ou un film qui m'a marqué ?

« Résistance à l'insuline » Dr Benjamin Bikman

Emmanuelle Grenon

MON RÔLE DANS L'ÉCOLE :

Intervenante sur le module Fleurs de Bach.

Mon parcours en quelques lignes :

Depuis toujours, le vivant me passionne. Biologiste de formation, j'ai obtenu un Master 1 en biochimie et microbiologie, puis un Master 2 en génie cellulaire. Après douze ans passés dans l'industrie pharmaceutique, un besoin profond de sens m'a poussée à chercher au-delà des approches classiques — une quête nourrie par mes propres difficultés digestives et émotionnelles. J'ai alors découvert l'approche holistique de la naturopathie, l'art sensible des fleurs de Bach et la puissance des huiles essentielles. Depuis sept ans, j'accompagne en tant que naturopathe des femmes hypersensibles, pour les aider à retrouver équilibre et apaisement face à l'anxiété et aux troubles digestifs.

Pourquoi j'ai rejoint le projet Naturaneo ?

J'ai été profondément touchée par l'approche intégrative de Naturaneo, mêlant rigueur scientifique, médecine fonctionnelle et tradition naturopathique. Cette école répond précisément aux besoins que j'ai ressentis moi-même lors de mes formations : une vision complète, authentique et actualisée de la naturopathie. Je rêve que notre métier soit pleinement reconnu, et je suis convaincue que Naturaneo nous guide parfaitement vers cette reconnaissance grâce à sa démarche pédagogique exigeante et humaine.

*«La santé, c'est l'harmonie complète
du corps, de l'esprit et de l'âme »*

B.K.S. Iyengar

Mon conseil pour réussir sa formation ?

Ne restez jamais seul avec vos questions, osez partager, échanger et demander. Et le plus important, prenez plaisir à expérimenter : la naturopathie s'apprend avant tout en pratiquant, encore et encore.

Mon conseil aux futurs praticiens ?

Vous avez tout en main pour réussir, alors faites-vous confiance ! Osez diversifier vos pratiques : la naturopathie se déploie en consultations, ateliers, stages, formations... à vous d'en inventer votre propre déclinaison avec créativité et authenticité.

Un livre ou un film qui m'a marqué ?

Le livre « Ensemble c'est tout » d'Anna Gavalda, pour sa célébration subtile et touchante du lien humain, de la tendresse, et du pouvoir guérisseur du vivre ensemble.



CE QUE J'AURAIS AIMÉ QU'ON M'APPRENNE À MES DÉBUTS :

Comment vivre sereinement de mon activité, comment accompagner efficacement les troubles digestifs, et surtout avoir davantage d'outils concrets en micronutrition, florathérapie et mycothérapie dès le début.

Ma plante préférée ?

La Camomille romaine : elle est merveilleuse pour apaiser en douceur l'axe intestin-émotions, calmer les inflammations digestives et apporter une paix intérieure réconfortante.

Ma recette bien-être préférée ?

Un bon curry au lait de coco, délicieuse recette héritée des voyages de mon papa en Inde. Un plat doux, réconfortant et vibrant, parfait pour nourrir corps et esprit en harmonie.

Mon rituel bien-être ?

Le matin, marcher dans la nature, écouter le chant des oiseaux et contempler les fleurs s'épanouir au fil des saisons. Ce moment précieux ancre ma journée dans la douceur et la présence.

Pierre Etchart

MON RÔLE DANS L'ÉCOLE :

Je serais dans un premier temps chargé d'introduire la dimension épistémologique au sein de l'école. Un garde-fou indispensable aujourd'hui pour ne pas se perdre dans le flux incessant d'informations et pour éviter les pièges du dogmatisme excessif. J'introduirais ensuite au travers une culture de l'histoire des sciences, les enjeux des concepts les plus fondamentaux en relation avec la naturopathie et le vivant. Ils permettront une introduction aux concepts scientifiques d'Homéostasie, d'Hormèse et d'Homeorhésie au regard des révolutions scientifiques du XXe siècle. Des outils indispensables pour se responsabiliser et prendre la mesure des outils que tu manipulons au quotidien.

Mon parcours en quelques lignes :

Après avoir obtenu un BAC scientifique, j'ai obtenu une maîtrise "entraînement et performance sportive" avec une spécialisation en biomécanique, anatomie et physiologie de l'effort. J'ai ensuite effectué 6 années de formation en Ostéopathie avec l'obtention d'un double clinicat (interne et externe) avec une mention "diagnostique différentielle." J'exerce en cabinet depuis presque 20 ans. Depuis 2024, je suis responsable de la formation de l'Académie "Homéorhésie et principe du vivant" qui a pour objectif d'apporter à toutes les personnes s'intéressant à la santé, les outils scientifiques qui permettent de mieux comprendre les concepts qui sont utilisés dans les différentes formations. (Écoles, Centres, Universités...)

« On ne voit pas le monde tel qu'il est mais tel qu'on le pense »

Pourquoi j'ai rejoint le projet Naturaneo ?

Le projet Naturaneo semble correspondre à mes valeurs qui sont d'apporter un savoir et des compétences de qualités en responsabilisant les étudiants aux véritables enjeux de la Naturopathie contemporaine.

Mon conseil aux futurs praticiens ?

L'émerveillement. Faites vous confiance !

Un livre ou un film qui m'a marqué ?

Le petit prince.



CE QUE J'AURAIS AIMÉ QU'ON M'APPRENNE À MES DEBUTS :

J'aurais aimé qu'on m'enseigne plus de choses sur les choses que nous ne savons pas (Cette phrase peut paraître paradoxale et pourtant, elle est très profonde ; nous y reviendront!) et j'aurais aimé avoir plus de conditionnel de la part des enseignants lors de la transmission des concepts fondamentaux.

Mon conseil pour réussir sa formation ?

De par mon expérience, le meilleur conseil que je pourrais donner aux étudiants pour réussir et de cultiver l'humilité et la rigueur face à une honnêteté intellectuelle. En effet, de par mon expérience, nous sommes les responsables de notre propre frein à l'émerveillement de ce monde. C'est la raison pour laquelle nous étudierons ensemble ces mécanismes pour éviter de les subir.

Ma plante préférée ?

Pas de préférence elles me fascinent toutes !

Ma recette bien-être préférée ?

Le lien conscient.

Mon rituel bien-être ?

Le câlin avec mes enfants !

Sylvie Barbier

MON RÔLE DANS L'ÉCOLE :

Intervenante sur le module Biologie Fonctionnelle.

Mon parcours en quelques lignes :

Pharmacienne biologiste de formation (Université de Lyon, 2001), j'ai débuté ma carrière en laboratoire hospitalier avant de fonder et diriger, le Laboratoire Barbier, spécialisé en analyses fonctionnelles depuis 1990 (marqueurs de stress oxydatif, microbiote intestinal, bilans hormonaux). Passionnée par la micronutrition, j'ai développé et validé des panels de tests adaptés aux approches naturopathiques et formé régulièrement des professionnels de santé à l'interprétation de ces bilans. Depuis 2021, j'ai rejoint le laboratoire MGD à Genève en tant que consultante.

Pourquoi j'ai rejoint le projet Naturaneo ?

Je travaille depuis 3 ans avec Delphine Couty, Nutritionniste passionnée de médecine fonctionnelle. Lorsqu'elle m'a fait découvrir le projet Naturaneo, j'ai été séduite par la vision intégrative des 3 fondateurs, qui allie rigueur scientifique et approche globale de la santé. J'aime transmettre mes expériences et connaissances et rejoindre cette école, c'est participer à la formation de praticiens capables d'intégrer la biologie fonctionnelle dans leur pratique quotidienne. Ce projet Naturaneo porte une magnifique énergie positive dans le monde de la naturopathie à travers leur formation globale pour des accompagnements toujours plus personnalisés.

« Il n'existe que deux choses infinies : l'univers et la bêtise humaine... mais pour l'univers, je n'ai pas de certitude absolue »

Albert Einstein

Mon conseil pour réussir sa formation ?

Avoir la conviction que les acquis de l'enseignement et la pratique de la profession permettent d'avoir de bons résultats. Soyez curieux : confrontez systématiquement la théorie aux cas concrets, questionnez les résultats biologiques et cherchez toujours à comprendre le « pourquoi » avant le « comment ».

Mon conseil aux futurs praticiens ?

Observer, écouter et ne jamais baisser les bras. Cultivez l'empathie et l'esprit critique : écoutez votre patient, adaptez vos protocoles à son mode de vie, et n'ayez jamais peur de revisiter vos hypothèses à la lumière des nouvelles données.

Un livre ou un film qui m'a marqué ?

La Montagne magique, de Thomas Mann. Un roman initiatique profond, exigeant et magnifiquement écrit. Ce livre m'a marquée par la manière dont il aborde le temps, la maladie, l'introspection et la transformation intérieure.



CE QUE J'AURAIS AIMÉ QU'ON M'APPRENNE À MES DÉBUTS :

Aller toujours de l'avant et ne pas se laisser démotiver par les détracteurs de la médecine fonctionnelle. J'aurais aimé que l'on me donne des clés pour affirmer mes convictions dans un monde médical parfois sceptique pour construire des ponts entre la biologie conventionnelle et les approches intégratives. Aujourd'hui, je transmets cette force aux élèves : rester fidèle à leur éthique professionnelle, tout en s'ouvrant à la collaboration et au dialogue interdisciplinaire.

Ma plante préférée ?

Le Chêne (Quercus robur) qui grâce à sa racine pivot est "immortel" par son insensibilité au vent et à la sécheresse. Il incarne la résilience, l'ancrage et la longévité – des qualités que j'associe à la posture du praticien en naturopathie. Son écorce est riche en tanins aux vertus astringentes, antiseptiques et anti-inflammatoires.

Ma recette bien-être préférée ?

Me reconnecter à la nature, autant que possible, un footing en forêt, une séance de natation ou une balade à vélo. C'est dans le mouvement et le silence de la nature que je recharge mon énergie.

Mon rituel bien-être ?

Un bon dîner équilibré, un petit verre de vin rouge avec modération bien sûr et un bon livre ou un film inspirant. C'est mon moment de recentrage et de plaisir, un équilibre entre hédonisme raisonné et nourriture pour l'âme.

Aurélie Durand

MON RÔLE DANS L'ÉCOLE :

Intervenante en Gestion du stress et Hygiène psycho émotionnelle, Ayurveda et Sophrologie.

Mon parcours en quelques lignes :

Je suis aujourd'hui naturopathe, praticienne en Hypnose Ericksonienne et professeure de Yoga. Je puise mon enseignement dans l'influence nord américaine, et dans les traditions ancestrales : nutrition et santé intégrative avec l'école IIN de New York avec comme professeur Dr Mark Hyman, Aroma Point, naturopathie, yoga (Hatha, Vinyasa, Yin), soins corporels, énergétiques et massages, hypnose Ericksonienne, libération émotionnelle avec EFT, IMO, théorie polyvagale. J'accompagne depuis plus de 10 ans en session individuelle ... Aujourd'hui j'accompagne aussi mes élèves et consultants en ateliers, cours, lors de formations ou stages en France et à l'étranger. Mon approche globale mêle les sciences modernes aux savoirs ancestraux.

Pourquoi j'ai rejoint le projet Naturaneo ?

Pour contribuer à une vision de la naturopathie profondément humaine, moderne, vivante et incarnée. Connaissant depuis plusieurs années ses fondateurs, ce projet m'a touchée par sa volonté de relier les avancées scientifiques aux savoirs traditionnels, le tout avec une pédagogie accessible, sensible et rigoureuse. Je fonctionne à l'énergie et au cœur. L'appel de ce projet a été très fort et a résonné aussitôt en moi.

« La nature ne se presse pas, pourtant tout est accompli »

Lao Tseu

Mon conseil pour réussir sa formation ?

Commencez par prendre soin de vous : soyez votre meilleure vitrine.... Vous êtes et resterez votre meilleur investissement. Revenez dès que possible à l'être et non au faire. L'épuisement n'est pas synonyme de réussite.... Régulez votre système nerveux pour travailler dans un état de flow agréable, pour ensuite rester disponible pour vos consultants.

Mon conseil aux futurs praticiens ?

Gardez à l'esprit que si vous souhaitez faire de cette formation un futur emploi, vous êtes là avant tout pour accompagner des êtres humains avec humilité, et non des symptômes. Au-delà du savoir, des plantes, des bilans et des outils, ce qui transforme réellement, c'est votre qualité de présence, votre professionnalisme, votre écoute, votre ancrage, et votre capacité à adapter votre approche à chaque personne.

Un livre ou un film qui m'a marqué ?

"Devenir super-conscient" (Becoming Supernatural) de Joe Dispenza. et "Quand le corps dit non - Le stress qui démolit" de Dr Gabor Mate.



CE QUE J'AURAIS AIMÉ QU'ON M'APPRENNE À MES DEBUTS :

Que juste un protocole basé sur la physiologie ne suffit pas, que tout ce qui est invisible est finalement le socle principal : émotions, énergie... Qu'on ne peut pas sauver tout le monde et qu'on peut ne pas tout savoir.... Oui, il est normal de ne pas tout savoir.

Ma plante préférée ?

L'huile essentielle de bergamote – Citrus bergamia. Elle apaise les tempêtes intérieures, équilibre l'énergie, et ramène le calme du mental. Elle est à la fois citrus et florale, solaire et apaisante. Elle aide à transformer le stress en clarté, l'agitation en sérénité.

Ma recette bien-être préférée ?

Un bon guacamole maison (un clin d'œil à mes années passées à Mexico). Je le déguste avec des crackers aux graines, des bâtonnets de légumes, avec des œufs mollets ou simplement à la cuillère, en pleine présence. Un délice !

Mon rituel bien-être ?

Chaque matin dès 5h45, je me réveille en douceur : inhalation intuitive d'une huile essentielle, nettoyage ayurvédique de la langue, eau tiède, quelques minutes de respiration consciente et mouvement libre sur mon tapis. Un rituel d'ancrage et de clarté, pour me reconnecter à moi... avant de me relier pleinement à ceux que j'aime.

Lucrezia Bordi

MON RÔLE DANS L'ÉCOLE :

Nutritionniste et micronutritionniste, je guide les étudiants à adopter des approches alimentaires personnalisées et à apprendre les bases de nutrition. Mon rôle est de transmettre une vision moderne de la nutrition, tout en respectant les bases essentielles.

Mon parcours en quelques lignes :

J'ai commencé mon chemin en Italie, avec des études en biologie, avant de décrocher une bourse qui m'a permis de poursuivre ma formation en Suisse, où je me suis diplômée en nutrition. Très tôt, j'ai su que je voulais mettre mes connaissances au service des autres. Comprendre le corps, accompagner sans jugement, redonner confiance : c'est ce qui m'anime. Je me suis spécialisée en micronutrition et dans l'alimentation féminine, avec un parcours de formation entre la Suisse, la France, l'Italie et les États-Unis - notamment à Harvard et Stanford. Depuis 4 ans, j'accompagne en cabinet à Genève, et je transmet ce savoir à travers des conférences et formations.

Pourquoi j'ai rejoint le projet Naturaneo ?

Ce projet me permet de partager ma passion pour la nutrition, en alliant science moderne et approche naturelle. Ce qui me touche réellement, est la possibilité de former de futurs praticiens capables de comprendre et d'accompagner les patients, dans leur quête d'équilibre.

« Le corps nous parle. Le bien-être naît du courage de l'écouter »

Alessandro D'Avenia

Mon conseil pour réussir sa formation ?

Réussir dans ce domaine, c'est avant tout savoir écouter. Écouter son corps, celui des autres, et toujours rester curieux. La nutrition et la naturopathie ne se limitent pas à la théorie, elles nécessitent une compréhension profonde des besoins individuels et une adaptation constante.

Mon conseil aux futurs praticiens ?

Restez ouverts et en quête de nouvelles connaissances. Apprenez à adapter vos conseils en fonction de chaque patient et n'oubliez jamais que chaque personne est unique. Soyez pragmatiques et bienveillants, tout en restant fidèles à vos valeurs.

Un livre ou un film qui m'a marqué ?

"Les jeunes femmes" de Charlotte Brontë. Ce roman m'a profondément touchée car il explore les défis et les aspirations des femmes, un sujet qui résonne avec ma mission en tant que nutritionniste.



CE QUE J'AURAIS AIMÉ QU'ON M'APPRENNE À MES DEBUTS :

Qu'aucun protocole ne remplace vraiment l'écoute, l'adaptation... et parfois l'intuition. En consultation, on réalise vite que chaque personne est unique, et que ce qu'on a appris à l'école ne suffit pas toujours. J'aurais aimé qu'on me dise qu'il faut savoir remettre en question, rester curieuse, et ne jamais cesser d'apprendre. La nutrition, comme la naturopathie, ce sont des pratiques profondément humaines, vivantes et évolutives.

Ma plante préférée ?

L'achillée millefeuille - est pour moi une plante aux multiples bienfaits, notamment pour l'équilibre hormonal. J'apprécie particulièrement sa capacité à apaiser les douleurs menstruelles et à favoriser la régénération du corps.

Ma recette bien-être préférée ?

Mon petit-déjeuner : un avocado toast avec des œufs et des graines, que j'adapte en fonction du cycle hormonal féminin, en suivant la méthode du seed cycling.

Mon rituel bien-être ?

Chaque matin, je prépare mon matcha selon le rituel traditionnel, avec le fouet en bambou. Ce moment de calme me permet de m'ancrer dans la journée tout offrant à mon corps une dose précieuse d'antioxydants et d'énergie douce.

Anh Nguyen

MON RÔLE DANS L'ÉCOLE :

Intervenante en aromathérapie et gemmothérapie. Docteur en pharmacie, je vous ferai découvrir le pouvoir des huiles essentielles et des bourgeons.

Mon parcours en quelques lignes :

Docteur en pharmacie, diplômée de la faculté de Montpellier en 2003, j'ai exercé en officine pendant plus de 20 ans, aussi bien en tant qu'adjointe qu'en tant que titulaire de 2 officines. Je suis devenue une entrepreneuse, gestionnaire, directrice des achats, directrice des ressources humaines et formatrice en un seul métier. J'ai également travaillé en milieu hospitalier. Actuellement expatriée au Canada, c'est tout naturellement que je me suis formée à la naturopathie ici à l'ESNQ de Montréal. Depuis plus de 15 ans, je propose des "consultation de micronut", ma spécialité.

Pourquoi j'ai rejoint le projet Naturaneo ?

Mon autre passion est de transmettre ! Partager le savoir et transmettre m'anime au quotidien alors quand on me propose de rejoindre une école moderne et dynamique de naturopathie avec des personnes compétentes et sympathiques, je dis un grand oui.

« Quand on a la santé, on a tout »

Mon conseil pour réussir sa formation ?

L'envie d'apprendre et la curiosité sont les moteurs indispensables d'un apprentissage. Mais cela ne suffit pas à mon avis. Cela va être dense, la naturopathie comporte des bases scientifiques et médicales assez riches alors au risque de paraître pragmatique, organisation et discipline seront vraiment de rigueur. Vos compétences viendront avec. N'essayez pas de tout faire en même temps et de bruler les étapes et surtout ne restez pas seul dans votre coin, créer de la connexion et des échanges entre étudiants, cela vous aidera à avancer ensemble.

Mon conseil aux futurs praticiens ?

Pour être un bon praticien, il faut pratiquer. La théorie n'a de sens que si nous l'appliquons, et le plus tôt sera le mieux. Mettre en pratique même si vous avez peur de vous tromper ou de mal faire ! La facilité et l'aisance viendront avec la pratique, encore plus si vous voulez vous spécialiser dans votre domaine de prédilection (ce que je vous recommande).

Un livre ou un film qui m'a marqué ?

J'ai beaucoup aimé HUMAN un documentaire de Yann Arthus-Bertrand qui recueille des témoignages de partout dans le monde, très touchant et intéressant sur l'humain et sa complexité.



CE QUE J'AURAIS AIMÉ QU'ON M'APPRENNE À MES DÉBUTS :

Que je ne saurai jamais tout et que dire « je ne sais pas » n'est pas une faiblesse. Prendre du recul et prendre le temps d'écouter les autres, c'est preuve de rigueur et de respect en tant que thérapeute. Et si vous voulez faire ce métier, c'est dans le but de remettre l'humain au centre de tout.

Ma plante préférée ?

Sans hésitation et je l'ai toujours dit, c'est le gingembre, c'est lui qui me réchauffe. J'utilise quasiment tous les jours dans ma cuisine, dans toutes mes tisanes et sa puissance anti-inflammatoire est magique. Tonique sur tous les systèmes, il est incontournable : digestion, immunité, fatigue, circulation...

Ma recette bien-être préférée ?

Très simple, un grand plateau de fruits de mer et je suis la plus heureuse. Les produits de la mer apportent de nombreux micronutriments trop souvent négligés : vit D, vit A, iode, zinc, oméga 3 EPA/DHA.

Mon rituel bien-être ?

Je ne peux pas me passer de ma marche du matin avec ma cohérence cardiaque en plein air, quel que soit la météo, suivi de mon cappuccino time. Sans oublier un câlin de mon fils avant de le déposer à l'école.

Rivka De Paz

MON RÔLE DANS L'ÉCOLE :

Intervenante pour le module sur la biologie cellulaire fondamentale.

Mon parcours en quelques lignes :

Je suis Docteur en pharmacie. Mes formations en médecine fonctionnelle :

- Cursus d'Anthony Berthou
- DU MAPS du Pr Castronovo (3ème au classement de la promo)
- Hormonologie médicale du Dr Résimont
- Hormono Pratik DFM formation (Guénaelle Abeguilé)
- Formation SIBO avec Christian Boyer

Beaucoup de lecture, tendance à me spécialiser dans les maladies auto-immunes. Et surtout, une des meilleures formations = mes patients !

Pourquoi j'ai rejoint le projet Naturaneo ?

Car j'ai une profonde confiance en William, tant pour ses connaissances que pour son intégrité, son désir de faire évoluer la naturopathie et d'aider chacun à devenir acteur de sa santé. Je partage pleinement les valeurs de cette école et je souhaite transmettre ma passion pour le fonctionnement du corps humain, mon engagement à aider l'autre à se sentir mieux, ainsi que mon goût pour la pédagogie.

« Le mieux est l'ennemi du bien »

Mon conseil pour réussir sa formation ?

Ce que j'aimerais insuffler aux élèves, c'est une vision profondément intégrative de la naturopathie — une approche qui allie savoir, intuition et humanité. J'aimerais leur transmettre l'importance d'un accompagnement intelligent, nuancé, qui ne se limite pas à l'application rigide de protocoles.

Mon conseil aux futurs praticiens ?

N'oublie jamais de prendre soin de toi. Aider l'autre peut être profondément nourrissant, mais aussi très énergivore. Tout ce que tu conseilles à tes clients, commence par te l'appliquer à toi-même.

La naturopathie/médecine fonctionnelle est une science infinie. Ne cesse jamais d'apprendre, de te former. Mais sache que, malgré toutes les connaissances que tu accumuleras, c'est au contact du patient que tu apprendras le plus.



CE QUE J'AURAIS AIMÉ QU'ON M'APPRENNE À MES DÉBUTS :

Qu'on ne peut pas sauver tout le monde...

Ma plante préférée ?

Le romarin, un véritable couteau suisse : antioxydant, anti-inflammatoire, protecteur hépatique, antimicrobien... En tisanes, dans des crackers maison, dans de l'huile d'olive !

Ma recette bien-être préférée ?

Du poulet bleu blanc cœur revenu dans de l'huile d'olive avec un oignon, des branches de céleri, une carotte et quelques navets, curcuma, le tout recouvert avec de l'eau filtrée ! J'adore ce bouillon, je le trouve très réconfortant et digeste.

Mon rituel bien-être ?

Je lis en marchant dans la forêt en bas de chez moi, de 6h à 7h du matin (en été quand il fait jour bien-sûr !), avec le chant des oiseaux. Je fais ainsi d'une pierre deux coup : lecture et marche !

Un livre ou un film qui m'a marqué ?

La biologie des croyances de Bruce Lipton et La rencontre de Charles Pépin.

Fabien Moine

MON RÔLE DANS L'ÉCOLE :

Intervenant pour les modules sur le jeûne, la detox et les émonctoires, l'hygiénisme, l'anamnèse et la posture du thérapeute.

Mon parcours en quelques lignes :

Depuis 2010 je cumule les casquettes d'éducateur de santé (naturopathe-hygiéniste avec près de 4.000 personnes suivies en présentiel et accompagnateur de jeûne avec plus de 1.000 jeûneurs accompagnés), de conférencier (150 conférences sur trois continents), de formateur (dans sept écoles de naturopathie et avec mes propres cursus), de vidéaste (deux chaînes Youtube depuis 2014), de réalisateur (deux documentaires au cinéma), d'auteur (trois ouvrages) et d'éditeur (fondateur de la maison d'édition Exuvie en 2019 avec une quarantaine de publications).

Engagé depuis une quinzaine d'années dans cet apprentissage infini aux côtés de praticiens hétéroclites, je participe à ce mouvement vers une autre santé, respectueuse des besoins des individus et des thérapeutes. Parallèlement j'entreprends un travail de fond sur le rapport au Corps dans notre société, d'un point de vue éthique, avec une vision plus sociologique et anthropologique.

Pourquoi j'ai rejoint le projet Naturaneo ?

J'enseigne et ai enseigné dans sept écoles de naturopathie. Naturaneo arrive avec une énergie nouvelle et la fraîcheur de leurs trois fondateurs. Cela me fait plaisir de prendre part à cette aventure et à amener ma pierre hygiéniste...

*« Mieux vaut un hygiéniste vivant,
qu'un hygiéniste mort »*

Désiré Mérien

Mon conseil pour réussir sa formation ?

Si j'avais un conseil : lire, lire et lire. Et se confronter à des approches et idéologies à l'inverse de nos préférences et passions. Cela évite de ne pas s'enfermer et d'avoir des biais. Vous avez une attirance vers l'alimentation végétale ? lisez sur le céto-gène carné ? Vous êtes pro jeûne ? Intéressez vous aux approches métaboliques prônant 4 repas par jour. Vous aimez les compléments alimentaires ? Lisez les penseurs hygiénistes et leurs approches sans notion de remède, etc...



CE QUE J'AURAIS AIMÉ QU'ON M'APPRENNE À MES DEBUTS :

J'aurais aimé qu'on insiste plus sur l'aspect psycho-émotionnel dans les entretiens. On n'obtient qu'un aspect matériel limitant sans cela...

Mon conseil aux futurs praticiens ?

Je conseillerais de ne cesser d'observer les individus autour de vous, définir leur tempérament, jouer au détective et faire des anamnèses éclairées. Il faut observer énormément pour parler et conseiller un tout petit peu.

Ma plante préférée ?

J'aime le thym car elle est puissante, réchauffante, polyvalente, robuste, aromatique et pousse partout...

Ma recette bien-être préférée ?

Carottes crues, avocat, œufs brouillés et olives.

Mon rituel bien-être ?

Mon rituel du soir est de m'allonger dans le calme et d'écouter de la musique relaxante.

Un livre ou un film qui m'a marqué ?

Jeûne et santé de Désiré Mérien. Au point que je l'ai réédité !

Stéphane Résimont

MON RÔLE DANS L'ÉCOLE :

Intervenant tout au long du cursus sur différentes modules accés sur la médecine fonctionnelle et anti-âge : sarcopénie, immunité et vieillissement, vieillissement neuronal, hormonologie anti-âge, prévention cardio vasculaire, cholestérol...

Mon parcours en quelques lignes :

- Etude médecine à l'université libre de Bruxelles ULB (docteur en médecine en 1985 avec grande distinction)
- Spécialisation ORL - chirurgie cervico faciale terminée en 1989
- Parallèlement à sa spécialisation en oto-rhino-laryngologie à la faculté de médecine de Bruxelles, il a étudié la stimulo-thérapie - acupuncture à la faculté de médecine de l'Hôpital Beaujon à Paris. (1986-1989)
- Ensuite, surspécialisé en chirurgie endoscopique nasosinusienne, chirurgie esthétique de la face, oto-microchirurgie et chirurgie endoscopique sinus (1989-1991)

« La médecine fonctionnelle vise à optimiser l'alimentation, la micronutrition, ainsi que le statut hormonal afin que le corps fonctionne au mieux et ainsi éviter et guérir des maladies de la civilisation telles que dépression, burn-out, surpoids, fibromyalgie.. »

- Multiples formations (1991-2015) en chirurgie esthétique et médecine esthétique et quasi hebdomadaire en nutrition et micronutrition (Docteur Jean-Jacques Servan-Schreber, Docteur Curtay, Prof Castronovo, Docteur Mouton, Docteur Philippart de Foy, Docteur Ballon-Perrin et beaucoup d'autres).
- Formations intenses en hormonologie depuis 1998 avec le docteur Thierry Hertoghe.



MES ACTIVITÉS :

- Conférencier, écrivain, enseignant en nutrition, micronutrition, hormonologie (une trentaine de conférences et cours chaque année).
- Auteur et co-auteur de plusieurs livres tant pour le grand public que pour les professionnels de la santé.
- Orateur pour séminaires et congrès dans le domaine de la médecine fonctionnelle sur de nombreux sujets tels que : nutrition, micronutrition, équilibre hormonal, médecine anti-âge, médecine rétro-âge (activateurs des télomérases).
- Formateur en hormonologie.

Ce qui était au départ une passion purement intellectuelle est devenue petit à petit une des parties les plus importantes de son travail clinique de consultation. Consultations en médecine fonctionnelle avec une patientèle internationale.

Catherine Rossi

MON RÔLE DANS L'ÉCOLE :

Intervenante en dentisterie holistique.

Mon parcours en quelques lignes :

- Doctorat en chirurgie dentaire (fac de Toulouse 1984)
- Exercice de la chirurgie dentaire holistique depuis 40 ans
- Auteur : Le Dicodent (3 éditions) ; Vos dents vous parlent (épuisé) ; Prendre soins de ses dents avec les remèdes naturels. Livres de protocoles de dentisterie holistique pour chirurgiens-dentistes
- Formatrice : pour les chirurgiens-dentistes et les professionnels de santé. Cours en ligne (e-learning)
- Fondatrice et responsable pédagogique de NatureBio Dental

Pourquoi j'ai rejoint le projet Naturaneo ?

Car les professionnels de la santé et les naturopathes en particulier ont un rôle crucial dans la prévention et l'hygiène de vie qui sont les piliers de la prévention bucco-dentaire holistique. Et surtout j'adore transmettre !

« La vie veut le meilleur pour nous, donc nous pouvons avancer en paix profonde et en confiance absolue. »

Mon conseil pour réussir sa formation ?

La naturopathie est au cœur de l'hygiène de vie. La santé bucco-dentaire est aussi à la base de la santé. L'information et l'accompagnement vers la bonne attitude pour prendre soins de sa bouche est une vraie valeur ajoutée si elles sont prises en charge par un naturopathe qui comprennent le corps dans sa globalité.

Osez vous sentir légitimes. Vous avez les compétences pour comprendre les causes des maladies bucco-dentaires au-delà des causes locales. Grâce à votre accompagnement, les personnes renforceront leur terrain et leurs défenses immunitaires pour renforcer leurs dents et leurs gencives.

Un livre ou un film qui m'a marqué :

Conversation avec Dieu (les 4 tomes) de Neal Donald Walsh.



CE QUE J'AURAIS AIMÉ QU'ON M'APPRENNE À MES DEBUTS :

Que le terrain et les émotions étaient les causes principales des maladies de la bouche, bien avant la plaque bactérienne et le sucre, qui ne sont que des causes aggravantes en cas de stress et de baisse de défenses immunitaires.

Mon conseil aux futurs praticiens ?

En comprenant bien ce qui se passe dans la bouche, vous pourrez facilement faire le lien avec l'hygiène de vie des personnes que vous accompagnez.

Ma plante préférée ?

Le gingembre, en tisane ou dans la cuisine. Elle me transporte vers mes voyages en Asie. Elle recentre, ancre et donne de la force intérieure.

Ma recette bien-être préférée ?

Tous les plats à base de noix de coco ! Je conseille même à mes patients un bain de bouche sous forme de « oil pulling » à base d'huile de noix de coco et d'huiles essentielles.

Mon rituel bien-être ?

Le matin : méditation, les 5 tibétains, trempoline ou gainage, marche au parc.

Magali Castro

MON RÔLE DANS L'ÉCOLE :

Formatrice sur le surpoids, le diabète de type 2 et les maladies cardiovasculaires – parmi mes sujets favoris (ils me permettent aussi d'aborder la thyroïde et les intestins).

Mon parcours en quelques lignes :

Après des études de diététique qui m'ont laissé sur... ma "faim"... j'ai poursuivi avec une licence en éducation pour la santé, puis une licence en physiologie et micronutrition à Poitiers en concomitance d'une spécialisation en diététique de l'enfant. J'ai ensuite multiplié conférences et formations dans le domaine de la nutrithérapie. Aujourd'hui, je consulte à temps plein, je donne des conférences pour le grand public et les professionnels, j'enseigne dans une école en Belgique et je suis co-auteur du livre *"Les erreurs qui vous empêchent de maigrir"*. J'ai également été chroniqueuse pour l'émission "un gars, un chef" et fais un peu de radio toujours en lien avec la nutrition.

Pourquoi j'ai rejoint le projet Naturaneo ?

Parce que la vision de cette école résonne fort avec mes valeurs : transmettre avec bienveillance, explorer le vivant sous toutes ses facettes, et surtout... remettre du sens dans les apprentissages.

« Prends soin de ton corps pour que ton âme ait envie d'y rester. »

Proverbe indien

Mon conseil pour réussir sa formation ?

Soyez curieux-ses, audacieux-ses, et n'ayez pas peur de remettre en question ce que vous apprenez. La naturopathie n'est pas une vérité figée, c'est un art vivant, qui demande autant de rigueur que d'intuition.

Mon conseil aux futurs praticiens ?

Gardez les pieds sur terre et le cœur ouvert, soyez à l'écoute de vos (futurs) patients/clients. On ne soigne pas des symptômes, on accompagne des êtres humains dans leur globalité.

Un livre ou un film qui m'a marqué ?

Kilomètre Zéro de Maud Ankaoua – un concentré d'espoir, de conscience et d'élan intérieur. À lire, relire et offrir.



CE QUE J'AURAIS AIMÉ QU'ON M'APPRENNE À MES DÉBUTS :

Que le doute est un excellent compagnon de route, tant qu'on n'oublie pas de continuer à avancer.

Ma plante préférée ?

Le safran – pour ses multiples bienfaits : il améliore l'humeur, réduit le stress, et aide à lutter contre l'anxiété. Il est aussi reconnu pour ses propriétés anti-inflammatoires, son soutien à la digestion. Une épice précieuse, subtile, qui transforme aussi bien les plats que l'état d'esprit.

Ma recette bien-être préférée ?

Un bon tartare de bœuf à l'italienne, avec tomates séchées, parmesan affiné, huile d'olive et basilic frais... (ne rien dire à mon papa... Portugais).

Mon rituel bien-être ?

Cohérence cardiaque (j'adore cet outil !), yoga dynamique pour lancer la journée, et une chicorée bien chaude le soir, pour revenir doucement à moi.

Sabrina Deschamps

MON RÔLE DANS L'ÉCOLE :

Tutrice et intervenante dans la réalisation de cas pratiques.

Mon parcours en quelques lignes :

Depuis 2019 : Consultations naturopathie fonctionnelle

2024-2025 : Responsable secteur sud (LPEV laboratoire)

2020-2023 : Formatrice en pathologies du corps humain (Euronature, Vitali formation)

2011-2018 : Ingénieur biotechnologies de la santé et des plantes --> biologie moléculaire, biochimie, cancérologie

Pourquoi j'ai rejoint le projet Naturaneo ?

Pour différentes raisons : je partage la même vision de la santé que les fondateurs et l'équipe d'intervenants. Pour les qualités humaines des fondateurs et la qualité des connaissances de l'équipe.

« L'exemple n'est pas le meilleur moyen de convaincre, c'est le seul »

Gandhi

Mon conseil pour réussir sa formation ?

Ça doit vibrer dans nos tripes (avoir un « pourquoi »), être un éternel chercheur/étudiant dans l'âme. La persévérance, la discipline

Mon conseil aux futurs praticiens ?

Travailler sur vos croyances limitantes pour s'élever. Savoir rester humble (« je sais que je ne sais pas ») et rester ouvert dans le domaine de la santé.

Un livre ou un film qui m'a marqué ?

La belle verte



CE QUE J'AURAIS AIMÉ QU'ON M'APPRENNE À MES DÉBUTS :

La micronutrition, un VRAI accompagnement professionnel

Ma plante préférée ?

L'ortie : riche en nombreux micronutriments & permet de travailler plusieurs sphères, abondante localement, facile d'utilisation

Dur de choisir car très très fan aussi de : réglisse, curcuma et de l'avoine.

Ma recette bien-être préférée ?

Galettes de sarrasin /œuf coulant/ comté/oignons/ pesto ail des ours + salade verte/roquette & graines germées

Mon rituel bien-être ?

Gatte langue avant brossage des dents et mon combo ortie poudre dans un verre d'eau. Le soir, manger tôt et marcher au moins 30 min en nature

Coralie Piaia

MON RÔLE DANS L'ÉCOLE :

Je vais partager mes connaissances sur un domaine de la naturopathie qui me passionne : l'argilothérapie et les remèdes naturels oubliés.

Mon parcours en quelques lignes :

Après 15 ans en tant que responsable RH dans l'industrie, je suis naturopathe, professeur de yoga, conférencière en entreprise et journaliste pour un magazine féminin. C'est la maladie de Lyme qui m'a ouvert les portes de la naturopathie, une approche pleine de bon sens qui m'a sauvée. Une fois les portes ouvertes, une nouvelle façon de voir le corps et la santé en général, je n'ai pas eu d'autres choix que d'approfondir pour partager à mon tour.

Pourquoi j'ai rejoint le projet Naturaneo ?

Parce que c'est l'école que j'aurais voulu avoir quand j'ai commencé à me former en naturopathie : une vision globale, entre science et bon sens, connectée aux besoins réels de la vie moderne.

« Crois au prochain chapitre car c'est toi qui en es l'auteur »

Mon conseil pour réussir sa formation ?

Être curieux avant tout, ne pas vouloir aller plus vite que la musique. Il s'agit d'une formation dense et la naturopathie est bien plus qu'un acquis théorique, elle s'expérimente. Alors testez, posez des questions à vos proches et n'attendez pas d'avoir fini la formation pour commencer à partager quelques conseils simples et sécuritaires c'est ainsi qu'on apprend le mieux.

Mon conseil aux futurs praticiens ?

Ne vous comparez pas aux autres étudiants/naturopathes, allez à votre rythme mais gardez le cap. Il y a de la place pour tout le monde, faites votre propre chemin. Si vous avez un doute, revenez toujours au bon sens. Je pense qu'un bon naturopathe est celui qui a une vision large de la situation et cela demande parfois de prendre du temps et du recul donc ne vous précipitez pas sur ce qui vous paraît logique.

Un livre ou un film qui m'a marqué ?

Être en bonne santé grâce au nerf vague de Jean-Marie Defossez,



CE QUE J'AURAIS AIMÉ QU'ON M'APPRENNE À MES DÉBUTS :

Même si certains cas sont complexes, parfois il suffit de revenir à la base : un système nerveux régulé. On a souvent envie au début de bien faire et de trop se disperser dans l'élaboration des protocoles alors que souvent c'est le système nerveux qui fait défaut (pas toujours bien sûr, mais selon moi, on y revient beaucoup plus souvent que ce qu'on ne pense).

Ma plante préférée ?

La mélisse (melissa officinalis). Elle est digestive, calmante, parfaite pour les personnes qui ont un vélo qui tourne sans cesse dans la tête, elle favorise le sommeil. Elle est aussi antivirale et anti-herpétique.

Ma recette bien-être préférée ?

Le guacamole. Un avocat, un peu de citron, ½ oignon rouge coupé en petits dés, un peu de sel et j'adore ajouter une tomate fraîche en dés, on écrase tout à la fourchette et c'est prêt !

Mon rituel bien-être ?

Shaker ! Sautiller sur place en levant les bras et les épaules : une vraie décharge nerveuse.

À la découverte...

Intervenants Naturaneo

Une équipe d'expert(e)s



Yohan Mannone



Marion Paret



William Kadmiry



François Benavente



Sophie Laval



Lionel Gillot



Maïté Delenseigne



Manon Borderie



Nathalie Faggianelli



Rémi Crognier



Sophie Dupont



Alexandre LEFEBVRE

Une équipe d'expert(e)s



Emmanuelle Grenon



Pierre Etchart



Sylvie Barbier



Aurélie Durand



Lucrezia Bordi



Anh Nguyen



Rivka De Paz



Fabien Moine



Stephane Résimont



Catherine Rossi



Magali Castro



Sabrina Deschamps

Une équipe d'expert(e)s



Coralie Piaia

CAHIER DES INTERVENANTS

MAISON
NATURE

Ce cahier est une invitation à découvrir les talents, les convictions et les parcours qui font vivre notre école. Derrière chaque intervenant Naturaneo, il y a une vision partagée : transmettre la naturopathie avec rigueur, humanité et passion