



FORMATION INFLAMMATION & PERTE DE POIDS

PAR SARAH BENHAMOU NATUROPATHE & FORMATRICE

A photograph of a glass of orange juice and pears on a wooden table. The glass is in the foreground, filled with orange juice. Behind it, there are several pears. The background is a blurred green, suggesting an outdoor setting. The word "PROGRAMME" is written in large, white, bold letters across the middle of the image.

PROGRAMME

**INFLAMMATION UTILE
VS PERSISTANTE**

**LES GRANDES FAMILLES
D'INFLAMMATION**

**LES BASES DE
L'ALIMENTATION
ANTI-INFLAMMATOIRE**

**LES PILIERS DE LA SANTÉ
GLOBALE & LES VITAMINES ET
MINÉRAUX INDISPENSABLES**

**PROGRAMMES
ALIMENTAIRES
NATUROPATHIQUES**



OBJECTIFS DE LA FORMATION

01. **ACQUÉRIR DE NOUVELLES COMPÉTENCES**

Cette formation complète vous donne les outils pour comprendre les liens entre inflammation chronique & perte de poids à travers la Naturopathie.

Vous découvrirez comment identifier les terrains inflammatoires, comprendre les mécanismes biologiques en jeu et accompagner efficacement vos clients avec des outils naturels.

02. **INTÉGRER LA DIMENSION HOLISTIQUE**

La perte de poids ne peut plus se faire seule en ne prenant pas en compte la personne dans sa globalité. À la suite de cette formation soyez opérationnelle pour réaliser un bilan de vitalité et accompagner votre clientèle dans une démarche de perte de poids alliée à une santé globale.

03. **ÉLABORER DES PROTOCOLES SUR MESURE**

Apprendre à élaborer des accompagnements personnalisés en comprenant les bases de l'alimentation anti-inflammatoire et les piliers de la santé globales pour agir durablement sur l'inflammation et favoriser la perte de poids.

INFOS PRATIQUES

POUR QUI ?

Cette formation s'adresse aux naturopathes, professionnels du bien-être et de la santé naturelle, ainsi qu'à toute personne désireuse d'approfondir ses connaissances sur l'inflammation et la perte de poids. Une formation certifiante pour valoriser vos compétences professionnelles

MODALITÉS

Durée : Accès à l'espace élève en illimité : gardez la formation et les supports sans limite de temps

Format : E-learning

Dates : Septembre - Octobre 2025

TARIFS & RÈGLEMENT

Tarif : 750 euros TTC

Inscription : dès réception du règlement par virement bancaire



SARAH BENHAMOU
Naturopathe & Formatrice



@lelabdubienêtre



www.lelabdubienêtre.com



07.61.04.50.19

lab
DU BIEN-ÊTRE