

QUEL PROFESSIONNEL DU BIEN-ÊTRE ES-TU VRAIMENT ?

Clarifie ton positionnement pour attirer ta clientèle idéale

Un guide complet avec deux tests d'auto-évaluation pour repérer tes forces et tes axes d'évolution, afin d'affiner ta cible client pour gagner en impact, en confiance et en professionnalisme.



masterclass.formations-naturopathe.eu



ADNR
FORMATIONS



INTRODUCTION :

Pourquoi ce guide ?

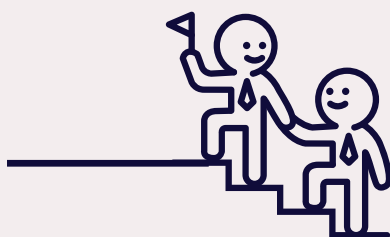
Trouver les bons clients, se sentir légitime dans sa posture, savoir sur quoi se perfectionner, comment structurer son offre ou encore comment parler de soi avec clarté... **Ce sont des questions que se posent de nombreux professionnels du bien être et de la santé intégrative, même après plusieurs années de pratique.**

Et ce sont aussi des questions que vous me posez régulièrement lors de webinaires, conférences ou congrès.

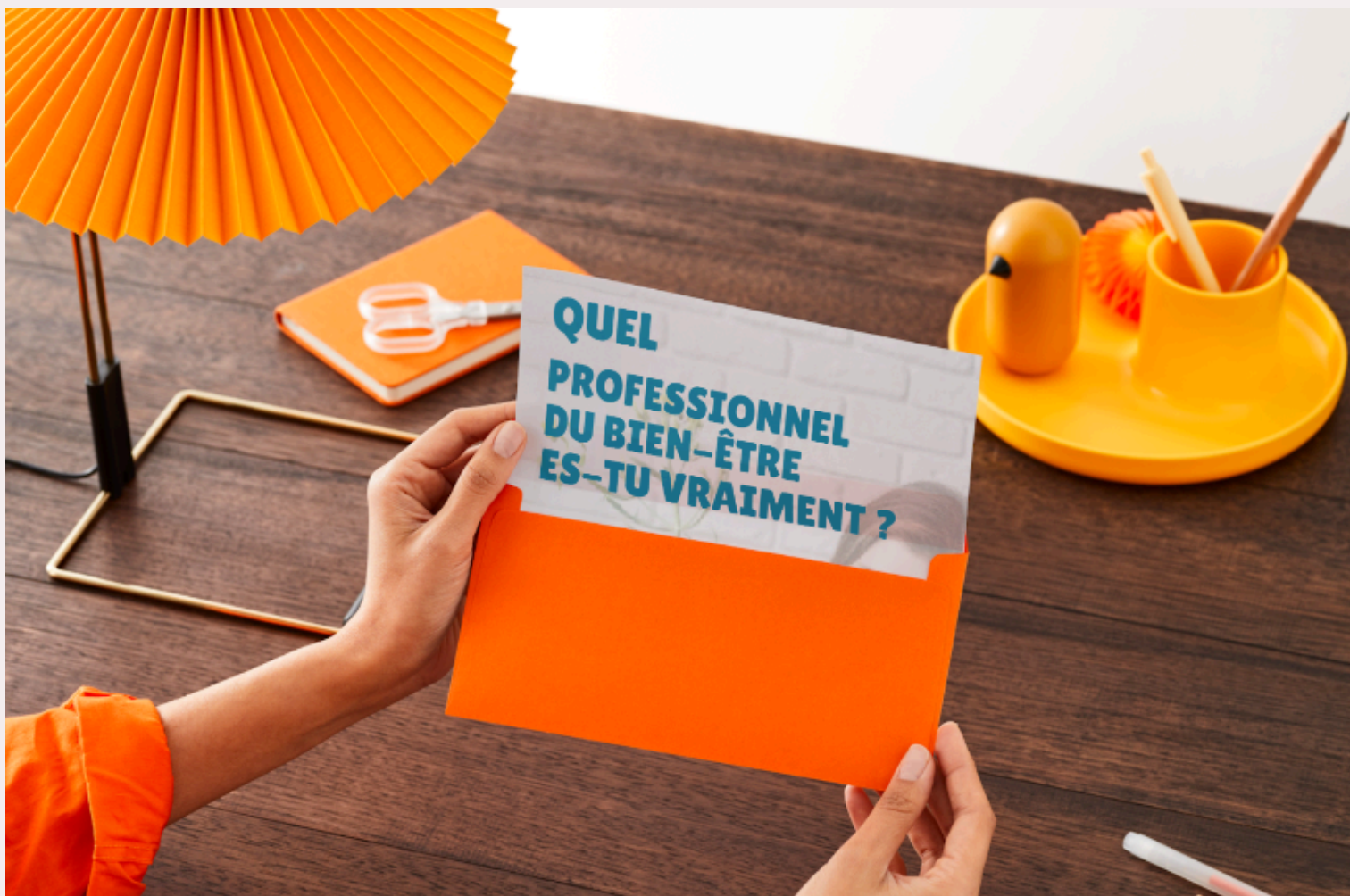
Je suis **Alexandra ATTALAUZITI**, naturopathe, réflexologue depuis plus de 20 ans, présidente du Syndicat des Professionnels de la Naturopathie, du bien-être et de la santé intégrative, et directrice d'ADNR GROUP, un groupe engagé au service des professionnels de la santé intégrative et du bien-être.

Depuis 15 ans, j'ai formé plus de 2000 pros en Naturopathie et j'accompagne quotidiennement sur le terrain des praticiens pour les aider à :

- Gagner en professionnalisme,
- Respecter la législation,
- Structurer une pratique solide, éthique et pérenne.



Aujourd'hui, j'ai décidé de compiler des éléments-clés, pour vous aider à y voir plus clair : évaluer votre niveau de compétence, repérer vos axes de perfectionnement et affiner votre clientèle cible.



Ce guide est un outil de prise de conscience et de repositionnement.

Je serai ravie de lire vos retours sur nos réseaux, de recevoir vos likes, vos commentaires ou un petit avis sur Google.

Et surtout, n'hésitez pas à me rejoindre lors des webinaires à venir, je vous y attends avec plaisir !

2

AUTO-DIAGNOSTIC : Où en es-tu dans tes compétences ?

15 grands domaines à explorer – 5 questions par thème

Mon Objectif t'aider à repérer ce que tu maîtrises déjà et ce que tu pourrais perfectionner pour gagner en impact, en confiance et en professionnalisme.

Chaque question invite à l'auto-évaluation honnête.

ANATOMIE ET PHYSIOLOGIE

1/ Je comprends les grandes fonctions des systèmes du corps humain (digestif, hormonal, nerveux, circulatoire, etc.) et je peux les expliquer simplement à un client.

Oui Un peu Non / Pas sûr(e)

2/ Je suis capable de faire le lien entre un trouble fonctionnel observé (ex. : constipation, fatigue, insomnie...) et le ou les systèmes concernés.

Oui Un peu Non / Pas sûr(e)

3/ Je reconnais les limites de ma pratique et je sais quand il est nécessaire de réorienter un client vers un professionnel de santé (médecin, psy, etc.).

Oui Un peu Non / Pas sûr(e)

4/ Je suis à l'aise pour conseiller des rituels quotidiens simples (matin, soir, hygiène ...), en lien avec les grands principes de la naturopathie.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

5/ Je considère l'hygiène de vie comme un socle, et non comme une routine rigide, et je sais adapter mes conseils à différents profils (actifs, enfants, seniors, etc.).

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

HYGIÈNE DE VIE GLOBALE

1/ Je suis capable d'identifier les habitudes de vie déséquilibrées d'un client (rythmes, sommeil, alimentation, sédentarité...) et d'en tirer un axe de travail clair.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

2/ Je sais construire un programme d'hygiène de vie individualisé, en prenant en compte les contraintes du quotidien, la motivation et le niveau d'autonomie de la personne.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

3/ Je peux recommander des techniques simples de respiration, de relaxation ou d'ancrage, adaptées au profil et au mode de vie du client.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

4/ Je connais les signes d'alerte physiologiques qui doivent m'amener à interrompre ou adapter une séance.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

5/ Je me sens à l'aise avec le vocabulaire médical et les bases de l'anatomie fonctionnelle que je rencontre dans mes formations, lectures ou échanges avec d'autres pros.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

HYDROLOGIE

1/ Je connais les différentes applications possibles de l'eau en naturopathie (bains, compresses, hammam, enveloppements, etc.) et leurs effets physiologiques.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

2/ Je sais dans quels cas recommander l'utilisation de l'eau chaude, froide ou alternée, et je comprends leurs impacts sur la circulation, la vitalité, ou le système nerveux.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

3/ Je peux proposer des conseils en hydrologie simples à faire à la maison, adaptés aux besoins du client.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

4/ Je suis capable d'intégrer l'hydrologie à un programme d'hygiène de vie et Naturopathie.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

5/ Je connais les contre-indications des techniques d'hydrologie, notamment en cas de pathologies circulatoires, cardiaques ou de fragilité particulière.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

Parfait, voici la version complète du thème **Équilibre alimentaire & nutrition**, en cohérence avec ton guide et ta posture de formatrice expérimentée.

ÉQUILIBRE ALIMENTAIRE & NUTRITION

1/ Je sais évaluer la qualité globale de l'alimentation d'un client (quantité, qualité, densité nutritionnelle, diversité, rythme des repas...).

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

2/ Je suis capable d'expliquer les bases de l'équilibre nutritionnel (protéines, glucides, lipides, vitamines, minéraux, index glycémique, etc.) avec pédagogie.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

3/ Je peux adapter mes conseils alimentaires en fonction de différents profils ou objectifs (perte de poids, végétarien, grossesse, sportif, troubles digestifs...).

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

4/ Je connais les déséquilibres alimentaires les plus courants aujourd'hui (carences, excès, grignotage, régimes extrêmes) et je sais les repérer rapidement.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

5/ Je m'appuie sur une vision globale de l'alimentation, intégrant le plaisir de manger, la gestion des émotions autour des repas, et le lien avec la vitalité.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

GESTION DU STRESS & ÉQUILIBRE ÉMOTIONNEL

1/ Je sais repérer les signes de stress chronique ou de déséquilibre émotionnel chez mes clients (fatigue nerveuse, troubles du sommeil, irritabilité, etc.).

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

2/ Je suis capable de proposer des outils concrets de gestion du stress, comme la respiration, la cohérence cardiaque, les routines apaisantes ou les temps de récupération.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

3/ Je me sens à l'aise pour accueillir la parole émotionnelle de mes clients, sans me substituer à un psychologue.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

4/ Je connais les liens entre le stress et le système nerveux, digestif ou hormonal, et je peux l'expliquer de manière simple à mes clients.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

5/ J'ai mes propres outils ou techniques préférées pour accompagner les émotions, que ce soit par les plantes, la relaxation, les élixirs floraux ou des approches psycho-corporelles.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

ACTIVITÉ PHYSIQUE & MOUVEMENT

1/ Je suis capable d'évaluer le niveau d'activité physique réel d'un client et d'identifier les effets d'une sédentarité chronique sur sa vitalité.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

2/ Je connais les différents types d'activités bénéfiques en naturopathie (aérobie douce, étirements, marche, yoga, renforcement, etc.) et leurs effets sur les différents terrains.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

3/ Je sais proposer dans mon programme d'hygiène de vie et naturopathie des conseils simples de remise en mouvement progressive, personnalisés selon les limites physiques, l'âge et le mode de vie du client, sans me substituer à un professionnel du sport.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

4/ Je comprends les effets du mouvement sur les systèmes nerveux, circulatoire, lymphatique et digestif, et je peux l'expliquer simplement.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

5/ Je sais quand et comment orienter mes clients vers des professionnels spécialisés (kinésithérapeute, préparateur sportif), pour compléter l'accompagnement naturopathique avec une activité physique adaptée.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

MICRONUTRITION & NUTRACEUTIQUE

1/ Je maîtrise les bases des apports en micronutriments essentiels (vitamines, minéraux, oligo-éléments) et leurs dosages recommandés en naturopathie.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

2/ Je me tiens informé régulièrement des nouveautés et des avancées en nutraceutique, notamment concernant les compléments alimentaires naturels.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

3/ Je comprends l'importance de la perméabilité intestinale (leaky gut) dans la santé globale et sais identifier des signes évocateurs chez mes clients.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

4/ Je connais les différents types de magnésium (bisglycinate, citrate, oxyde, etc.), leurs propriétés et leur meilleure utilisation selon les besoins spécifiques.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

5/ Je sais conseiller des compléments alimentaires adaptés en micronutrition, en respectant les limites de ma pratique et sans substituer un diagnostic médical.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

PHYTOTHÉRAPIE

1/ Je connais les dosages recommandés pour les complexes en Phytothérapie, en respectant la sécurité et l'efficacité.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

2/ Je suis attentif à la qualité et au sourcing des plantes (origine, méthode de culture, conditions de récolte, certification).

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

3/ Je comprends le concept de fenêtre thérapeutique et sais adapter la durée et la fréquence des programmes phytothérapeutiques.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

4/ Je connais les principales interactions possibles entre plantes et médicaments, et je sais quand orienter un client vers un médecin ou son pharmacien.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

5/ Je veille à actualiser régulièrement mes connaissances sur la phytothérapie, en consultant des sources fiables et des formations continues.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

GEMMOTHÉRAPIE & MYCOTHÉRAPIE

1/ Je connais les **indications principales** des macérâts glycélinés de bourgeons (**gemmothérapie**) et des champignons médicinaux (**mycothérapie**).

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

2/ Je maîtrise les **dosages spécifiques et les modes d'administration** adaptés pour la gemmothérapie et la mycothérapie.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

3/ Je comprends les **précautions d'emploi et contre-indications** propres à ces deux techniques, notamment chez les femmes enceintes, enfants ou personnes fragiles.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

4/ Je sais comment **intégrer la gemmothérapie et la mycothérapie** dans un programme naturopathique global, en complément d'autres approches.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

5/ Je sais évaluer et **choisir des laboratoires fiables et transparents** pour la gemmothérapie et la mycothérapie, en tenant compte de la qualité des matières premières, des méthodes d'extraction et des certifications.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

AROMATHÉRAPIE

1/ Je connais les dosages sécuritaires des huiles essentielles selon les voies d'administration (orale, cutanée, diffusion, inhalation).

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

2/ Je sais identifier les principales contre-indications et précautions d'usage des huiles essentielles, notamment pour les femmes enceintes, enfants et personnes fragiles.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

3/ Je suis capable de choisir les huiles essentielles adaptées à chaque situation clinique (stress, troubles digestifs, infections, douleurs, etc.).

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

4/ Je privilégie les fournisseurs et laboratoires garantissant la qualité, la traçabilité et la pureté des huiles essentielles.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

5/ Je reste à jour sur les recherches et bonnes pratiques en aromathérapie, pour assurer un accompagnement sûr et efficace.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

ÉLIXIRS FLORAUX (GESTION ÉMOTIONNELLE SANS ALCOOL)

1/ Je connais les élixirs floraux adaptés à la gestion des émotions courantes (stress, anxiété, tristesse, colère, etc.) et leur mode d'action subtil.

Oui Un peu Non / Pas sûr(e)

2/ Je maîtrise les alternatives aux formules classiques à base d'alcool, pour proposer des élixirs floraux adaptés aux personnes sensibles ou préférant éviter l'alcool.

Oui Un peu Non / Pas sûr(e)

3/ Je sais choisir des laboratoires fiables, garantissant une préparation naturelle, respectueuse des plantes et sans additifs indésirables.

Oui Un peu Non / Pas sûr(e)

4/ Je suis capable d'intégrer les élixirs floraux dans un programme global, en complément des autres techniques naturopathiques, sans effet secondaire.

Oui Un peu Non / Pas sûr(e)

5/ Je suis capable d'utiliser les élixirs floraux comme support complémentaire lors d'un massage ou d'une séance de réflexologie pour renforcer l'accompagnement émotionnel.

Oui Un peu Non / Pas sûr(e)

TECHNIQUES ÉNERGÉTIQUES CHINOISES & RÉFLEXOLOGIE

1/ Je comprends les principes fondamentaux de la médecine traditionnelle chinoise (MTC), notamment la circulation de l'énergie (Qi), les méridiens et les organes associés.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

2/ Je maîtrise les techniques de base de réflexologie plantaire, palmaire ou faciale, et leur application selon les besoins du client.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

3/ Je sais intégrer la réflexologie et les techniques énergétiques dans un protocole naturopathique global, en respectant les limites de ma pratique.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

4/ Je connais les indications principales et contre-indications des techniques énergétiques et réflexologie, et je peux les expliquer à mes clients.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

5/ Je reste informé des recherches et formations complémentaires pour approfondir mes compétences en techniques énergétiques et réflexologie.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

TECHNIQUES MANUELLES & MASSAGE

1/ Je sais à quel moment intégrer les techniques manuelles ou massages dans un programme naturopathique, en fonction des objectifs spécifiques du client (relaxation, gestion de la douleur, drainage, etc.).

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

2/ Je comprends les indications précises pour orienter un client vers un ostéopathe, un kinésithérapeute ou un autre professionnel de santé, lorsque les troubles dépassent le cadre du massage.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

3/ Je maîtrise plusieurs techniques manuelles de base et sais adapter mes séances selon le profil et les besoins du client.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

4/ Je sais expliquer à mes clients l'intérêt et les limites des massages dans le cadre de leur bien-être global et leur parcours de santé.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

5/ Je veille à collaborer efficacement avec les autres professionnels de santé pour assurer un suivi complet et sécurisé du client.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

VEILLE SCIENTIFIQUE DES INTERVENTIONS NON MÉDICAMENTEUSES

Dans un domaine en constante évolution comme la naturopathie et les interventions non médicamenteuses, il est essentiel de rester informé des dernières avancées scientifiques pour garantir un accompagnement fiable, efficace et sécuritaire à tes clients.

1/ Je dispose d'outils fiables et adaptés pour assurer une veille scientifique régulière sur les interventions non médicamenteuses (phytothérapie, aromathérapie, techniques manuelles, etc.).

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

2/ Je sais organiser ma veille documentaire de manière efficace, en sélectionnant les sources pertinentes (revues spécialisées, bases de données scientifiques, sites officiels).

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

3/ Je suis capable d'analyser et d'interpréter les résultats des études scientifiques pour adapter ma pratique en toute sécurité.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

4/ Je communique avec mes clients en m'appuyant sur des données actualisées et validées, afin de renforcer leur confiance et leur engagement.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

5/ Je connais les ressources et formations disponibles pour approfondir mes connaissances et ma veille, notamment via des organismes spécialisés comme ADNR.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

Pour aller plus loin dans ta pratique et bénéficier d'un accompagnement personnalisé sur ta veille scientifique et ton professionnalisme, n'hésitez pas à vous abonner à Consult-IA <https://consult-ia.eu/>, la plateforme dédiée aux professionnels de la santé intégrative et du bien-être.

CADRE LÉGAL & RESPECT DE LA RÉGLEMENTATION (DONT RGPD) & POSTURE PROFESSIONNELLE

La maîtrise du cadre légal est indispensable pour exercer sereinement en naturopathie tout en respectant les droits de tes clients et la législation en vigueur.

1/ Je connais les obligations légales concernant la collecte, le stockage et la protection des données de santé de mes clients, en conformité avec le RGPD.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

2/ Je fais systématiquement signer un consentement éclairé à mes clients, expliquant l'utilisation de leurs données et les limites de ma pratique.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

3/ Je sais comment partager les programmes personnalisés et documents pratiques avec mes clients, en garantissant la confidentialité et la sécurité des échanges (outils numériques sécurisés, supports papier, etc.).

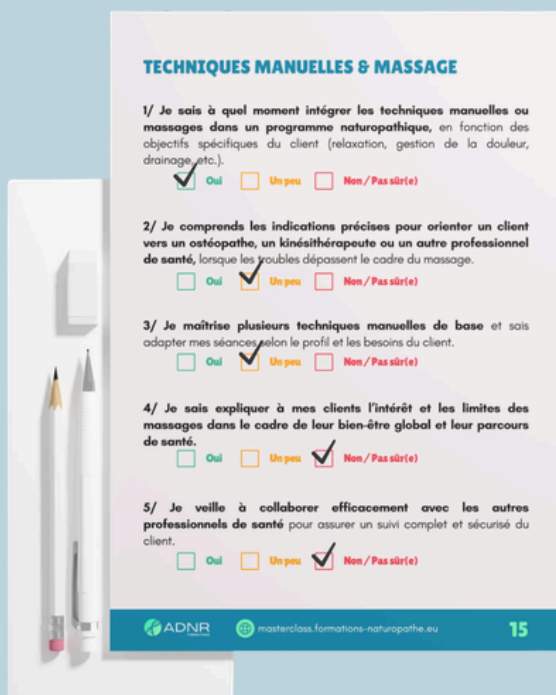
Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

4/ Je conserve les dossiers clients et documents de suivi selon les durées légales et les bonnes pratiques, en veillant à leur protection contre tout accès non autorisé.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**

5/ Je m'engage dans une démarche professionnelle en utilisant des outils adaptés (fiches pratiques, logiciels sécurisés) et en respectant les règles déontologiques de la naturopathie.

Oui **Un peu** **Non / Pas sûr(e)**





Pour approfondir ta connaissance du cadre légal, du RGPD, et bénéficier d'outils pratiques et d'un accompagnement sur ta professionnalisation, **Consult-IA** <https://consult-ia.eu/> , le groupe au service des professionnels de la santé intégrative et du bien-être.

Pas d'inquiétude si tu ne maîtrises pas encore tous les aspects abordés dans ce test : c'est tout à fait normal ! La naturopathie est un domaine vaste et en constante évolution, et notre parcours professionnel est une aventure d'apprentissage continue.

Ce test t'a permis d'identifier tes forces et les axes à renforcer pour mieux accompagner tes clients. Pour progresser, n'hésite pas à participer à des conférences, webinaires ou à t'inscrire à des stages expert Parfait, voici la version complète du thème Équilibre alimentaire & nutrition, en cohérence avec ton guide et ta posture de formatrice expérimentée, ou encore notre **Masterclass Supervision et Compétences** <https://masterclass.formations-naturopathe.eu/>

Rappelle-toi que chaque étape franchie te rapproche d'une pratique plus professionnelle, sécurisée et efficace. Tu es sur la bonne voie !

Mini-questionnaire d'auto-positionnement

Ce petit test va t'aider à mieux identifier ta cible naturelle – celle qui te stimule, à qui tu peux vraiment apporter quelque chose, et avec qui tu as envie de construire une relation thérapeutique engagée.

Je me sens particulièrement à l'aise avec les personnes qui...

- Ont une maladie chronique et cherchent un soutien global et naturel
- Se sentent stressées, épuisées ou dépassées (burn-out, anxiété, insomnies)
Vivent une transition importante (ménopause, divorce, reconversion)
- Sont hypersensibles, HPI, neuroatypiques, et ont besoin d'un cadre doux et précis
- Veulent performer : sportifs, entrepreneurs, artistes, étudiants
- Ont des douleurs persistantes ou inflammatoires (fibromyalgie, migraines, douleurs digestives...)
- Souhaitent rester en forme sans troubles installés
- Viennent en duo : parents + enfants / couples / familles entières
- Me sollicitent aussi pour leurs animaux (chien, chat, cheval)
- Recherchent une prise en charge douce, naturelle, axée sur les émotions
- Sont ouvertes à intégrer des techniques comme la réflexologie, le massage ou les élixirs floraux
- Ont besoin d'un accompagnement post-traitement médical (cancer, traitement long, récupération...)

Les situations ou demandes qui me motivent le plus sont :

- Améliorer le sommeil naturellement
- Accompagner la douleur chronique avec des méthodes naturelles
- Apaiser les troubles cardio-métaboliques (diabète, hypertension...)
- Construire un programme pour une femme de plus de 50 ans (ménopause, poids, énergie, ostéoporose...)
- Créer une hygiène de vie pour sportifs : nutrition, récupération, micronutrition
- Aider à mieux gérer le stress et l'émotionnel (avec techniques manuelles, plantes ou élixirs)
- Accompagner des clients en lien avec les animaux (soins naturels, complémentarité avec véto)
- Éduquer les clients à comprendre leur santé, les rendre autonomes
- Accompagner des profils atypiques ou complexes qui nécessitent de la finesse
- Proposer des ateliers ou conférences pour transmettre mes connaissances
- Mettre à profit mes anciennes compétences ou mon réseau dans ma pratique actuelle

Et après ?

Tu peux relire tes réponses pour voir ce qui se répète, ce qui s'impose comme une évidence, ou ce qui te fait vibrer intérieurement.

Cela t'indique où tu as intérêt à te spécialiser

Ou encore dans quels types de cas la supervision pourrait t'aider à prendre du recul ou progresser

Bravo ! Tu viens de faire un vrai travail de fond sur ta posture pro

Tu viens de prendre le temps de plonger au cœur de ta pratique, de mieux comprendre :

- Tes compétences actuelles,
- Tes besoins de supervision ou de formation,
- Le type de client qui te fait vibrer.

Ce genre de bilan est essentiel à refaire régulièrement, car ta posture va naturellement évoluer avec l'expérience, la formation, les rencontres, les supervisions.

Maintenant, dernière étape : savoir en parler.

Car avoir une pratique riche, ça ne suffit pas : encore faut-il savoir l'exprimer clairement, avec justesse et authenticité.

C'est tout l'enjeu du pitch professionnel : une manière simple et fluide de dire qui tu es, ce que tu proposes et à qui, sans te justifier, sans t'éparpiller, et sans te cacher.

Créer ton pitch de présentation : parle de toi avec clarté et impact

Pourquoi un pitch ?

Quand on te demande : "Tu fais quoi dans la vie ?", tu dois savoir expliquer ce que tu fais, pour qui, et comment tu aides, en quelques phrases fluides et percutantes.

Ce pitch est la base de ta communication, il peut être utilisé :

- Lors d'un salon ou d'une rencontre pro
- En début de séance
- Sur ton site web ou ta bio Insta
- Pour tes cartes de visite ou ton profil LinkedIn

Méthode simple : la structure du pitch en 3 parties

Je suis [ton identité pro] → J'aide [ton type de client] → À [résultat ou transformation spécifique] grâce à [ton approche/ta méthode].

Exemples de pitches :

"Je suis naturopathe spécialisée dans l'accompagnement des femmes en pré-ménopause. Je les aide à retrouver leur équilibre hormonal naturellement grâce à la phytothérapie et des ajustements alimentaires personnalisés."

"J'aide les personnes en transition de vie à retrouver de l'énergie et un bon sommeil grâce à une approche douce combinant nutrition, huiles essentielles et gestion émotionnelle."

Astuce bonus pour parler naturellement de toi :

- Évite les mots flous ("je fais du bien-être"), sois concret
- Parle des résultats recherchés par ton client, pas juste de tes outils
- Entraîne-toi à le dire à voix haute dans différentes situations



3

Faites le point sur vos besoins professionnels

Nous vous offrons 20 minutes d'échange personnalisé pour identifier vos besoins, vos objectifs et vos priorités en tant que praticien.

Cet échange est un moment privilégié d'écoute et d'orientation, conçu pour vous apporter de la clarté et des pistes concrètes pour développer votre pratique. Notre objectif est de vous accompagner dans votre parcours professionnel et de vous aider à prendre des décisions éclairées pour progresser sereinement.

Pendant cette séance, nous pourrons :

- Faire le point sur votre activité actuelle et vos challenges principaux
- Identifier vos forces et vos axes d'amélioration
- Explorer les outils, formations et ressources adaptés à votre situation
- Répondre à vos questions dans un cadre bienveillant et personnalisé

Vous repartirez avec **des recommandations concrètes** et une vision claire pour avancer avec confiance et structurer votre pratique selon vos besoins.

Prenez ce temps pour vous : un diagnostic simple, gratuit et centré sur vos objectifs professionnels.

Si tu souhaites :

- un éclairage sur tes résultats,
- être orienté vers une formation adaptée,
- ou simplement poser une question sur ta pratique...

Écris-moi directement à :

masterclass@formations-naturopathe.eu pour programmer un rendez-vous avec moi, je me ferai un plaisir de t'orienter avec bienveillance.

Au plaisir de te lire, de t'écouter ou de t'accompagner dans cette belle aventure professionnelle

Réservez votre séance découverte offerte



Alexandra ATTALAUZITI

Présidente du Syndicat des Professionnels de la Naturopathie,
du bien-être et de la santé intégrative
Directrice d'ADNR GROUP