

La Lettre Posture Intégrative

✨ Bonjour et bienvenue dans cette newsletter dédiée à la médecine intégrative, aux idées et aux initiatives qui font avancer la collaboration entre praticiens de santé complémentaire et conventionnelle 🤝

Bonjour 😊 et bienvenue dans cette nouvelle édition placée sous le signe de l'écoute. L'écoute de soi, de son équilibre. L'écoute des autres. L'écoute en naturopathie et en pratique narrative.

Je vous laisse à la lecture de cette Lettre, tout en vous annonçant que j'aurai le plaisir d'assister au Colloque organisé par Health United sur le thème "Santé intégrative et société". Il se déroule à Paris au CNAM les 2-3 juin prochains - plus d'infos ci-dessous 📌. Si vous y participez, je vous y retrouverai avec joie :)

Enfin, si vous pensez que cette Lettre peut intéresser des praticien-ne-s de santé autour de vous, je vous invite à la transférer : ils-elles peuvent la recevoir directement en s'inscrivant [ici](#).

Prenez soin de vous
Yazied



Au programme de cette édition

Thème : Celle où l'on prend le temps d'écouter

Temps de lecture : 9 min

Sommaire :

1. Un moment pour **Honorer**
2. Un moment pour **Apprendre**
3. Un moment pour **Dire**
4. Un moment pour **Agir**



✨ Un moment pour **Honorer**

🚑 Merci [Alison Alvarez](#) pour la formation aux Premiers Secours en Santé Mentale (PSSM) ! L'objectif de ces 2 jours : m'approprier les bons premiers réflexes à avoir quand je détecte des signes de mal-être dans mon entourage personnel et professionnel. **Quelles applications au sujet qui nous rassemble ici ?** Dans la démarche intégrative, il y a la notion de connaissance de soi, de ses propres limites et d'ouverture à l'autre praticien-ne. J'ai appris récemment que 45% des médecins seraient en situation de burn-out, et je ne doute pas que, pour les praticien-ne-s de santé, qu'ils-elles soient conventionnels ou complémentaires, l'accompagnement des personnes ne nous laisse pas indifférent-e-s en termes d'énergie. Cette formation m'a rappelé l'importance de prendre soin de nous-mêmes en tant que praticien-ne-s de santé, de notre équilibre mental. De prendre soin de celles et ceux avec qui nous collaborons et qui prennent soin des autres également. On peut faire cela en prenant soin de nos relations, car dans cette posture intégrative, nous œuvrons collectivement grâce aux relations que l'on tisse.

🌿 Pour mon mémoire, j'ai la chance de poursuivre les conversations enrichissantes avec des naturopathes, en fin de formation ou déjà installés, et des médecins ouverts à la médecine intégrative. Merci [Marie-Cécile Gatinot](#), pour votre regard et votre témoignage en tant que pharmacienne et naturopathe. Merci Dr Valérie Olivier-Sala pour notre discussion sur ta pratique et ta vision engagées et pour tes encouragements.

✨ Un moment pour Apprendre



3 mai · 11 Min

Comment les naturopathes et les praticien.ne.s narratif.ve.s vous écoutent

Je vous propose de consulter le dernier article que j'ai publié sur le blog, intitulé : "[Comment les naturopathes et les praticien-ne-s narratif-ve-s vous écoutent](#)". Une façon d'aller à la découverte de ces deux approches, d'explorer les deux écoutes, les liens entre elles et d'aller voir les racines de l'écoute dans la santé. Et, si vous voulez bien me suivre, je vous emmène enfin vers des contrées lointaines et des temps reculés, chez le peuple Sumérien. L'intention de cet article est de voir, en substance, ce qui est important, ce qui est essentiel et ce qui est pris en considération lorsque nos client-e-s viennent nous partager leurs histoires de vie et leur chemin de santé, plaçant ainsi en nous leur confiance.

C'est un article purement intégratif, dans sa manière de voir ce qui relie les deux approches et comment elles se complètent. J'espère que la lecture vous plaira.

✨ Un moment pour Dire

Sur les réseaux sociaux, [Guillaume Kreutter](#), pharmacien titulaire à Strasbourg, s'engage activement pour une pharmacie moderne, mettant en avant les plantes avec la phytothérapie, l'aromathérapie et l'herboristerie, et pour une médecine intégrative. Dans un post LinkedIn récent, il dit : "Non, la médecine intégrative n'est pas la médecine de demain, c'est la médecine de toujours", et revient en quelques lignes sur l'histoire en évoquant notamment les thérapeutes de la Grèce antique. Il rappelle que, à cette époque, "les guérisseurs, médecins, pharmaciens, panseurs, infirmiers n'étaient jamais mono-tâches... Ils étaient spécialistes des poisons, du diagnostic, psy, diététiciens, kinés mais aussi musiciens, poètes, philosophes, chimistes, botanistes". C'est un aspect que j'ai également prévu d'aborder dans mon mémoire : la médecine, à ses racines, a toujours été intégrative, globale. Je vous invite à lire son post et à le suivre : il mène plusieurs initiatives pour faire avancer la médecine intégrative.



Vous et 186 autres personnes

38 commentaires · 18 republications

✨ Un moment pour Agir

Je vous partage ci-dessous l'annonce d'un événement et un appel à témoignage :



Le [9e Colloque international organisé par Health United sur le thème "Santé intégrative et société"](#) aura lieu au CNAM à Paris les 2 et 3 juin prochain. L'événement est organisé en partenariat avec la Chaire de la Santé Intégrative du CNAM, IFPPC-CAMKeys Centres de Santé Intégrative et formation, et Human First, le label de la Santé Intégrative. Il réunira plus de 300 acteurs de la santé, de l'enseignement supérieur, de l'OMS, de la recherche, du monde politique, de l'entreprise, des approches complémentaires, et des patients/usagers, avec des intervenants de France, d'Europe, du Canada, des États-Unis, du Royaume-Uni et de la Suisse. Parmi les acteurs de la santé, il y aura des professionnels de santé, patients, directeurs d'hôpitaux et de structures de santé, mutuelles et praticiens de pratiques complémentaires, qui se mobilisent pour le futur de la Santé en France et dans le monde. J'y serai. Et si vous y participez, je vous propose avec grand plaisir de nous rencontrer pour échanger lors des pauses !



Mon sondage auprès des 250 naturopathes - dont vous aurez les résultats bientôt - fait ressortir que **85% des naturopathes interrogés ont des contacts avec des ostéopathes dans le cadre de leur pratique**. Je suis **à la recherche d'ostéopathes ayant eu des contacts avec des naturopathes dans leur pratique** pour recueillir leur vision de la naturopathie et pour qu'ils-elles me parlent de la complémentarité qu'ils-elles trouvent entre les deux approches (entretien de 20 min maximum). Je lance ici un appel : si vous en connaissez, n'hésitez pas à leur transmettre mes coordonnées. Un grand merci par avance !

À bientôt ! Prenez soin de vous
Yazied