



Congrès IHMN 40 ans

26 mai 2024 – Ferme de Bertinchamps (Braine-l'Alleud)

Santé durable et célébration du vivant

Les conférences

L'urgence d'opter pour une phytothérapie écoresponsable

par le **Dr Aline Mercan**, médecin, anthropologue, auteure

Près de 80% des plantes médicinales vendues sur le marché mondial sont issues de cueillette sauvage, et la demande augmente chaque année. Cette pression commerciale vient s'ajouter à des contraintes environnementales, en contexte de réchauffement climatique et d'anthropisation des milieux, qui menacent à court terme près d'un tiers des plantes qui soignent. Nous qui revendiquons le soin par et l'Amour de la Nature, allons-nous assister impuissants à ce pillage en y participant même, ou proposer des solutions pérennes pour continuer à utiliser des plantes tout en les respectant. Nous verrons pourquoi ce marché est devenu fou et particulièrement opaque et proposerons des solutions diverses et efficaces pour être les acteurs d'un usage respectueux de la Nature et donc d'une phytothérapie "écoresponsable".



Aline Mercan est médecin, nutritionniste et phytothérapeute. Elle travaille tout particulièrement en oncologie et est également enseignante dans plusieurs universités (Grenoble, Paris, Lyon, Rennes, Tours, Nice et bientôt Bruxelles). Elle est également anthropologue de la santé et ethnobotaniste, étudiant la relation entre hommes et plantes dans les médecines traditionnelles et populaires.

État des lieux de l'herboristerie en Belgique francophone

par **Chloé Darge** et **Nicolas Bariaux**, de l'association Folia Officinalis

Dans un contexte de (sur)consommation mondialisée de la ressource végétale, l'urgence de se tourner vers une production raisonnée et locale ne fait désormais plus de doute. Mais vers qui/où se tourner ?

Les porteurs de la jeune association Folia Officinalis viennent vous dresser un portrait de l'herboristerie en Wallonie et à Bruxelles, tant du côté formations, que des vendeurs et des producteurs/transformateurs. Le but étant d'alimenter des réflexions nuancées sur la pratique dans nos contrées (et au-delà).



Folia Officinalis est une association promouvant une utilisation raisonnée des plantes aromatiques et médicinales. Nos projets se composent d'une bibliothèque spécialisée, d'un site web ressource et de la proposition d'activités abordant les plantes.

<https://folia-officinalis.be/>

Self-help pour les femmes qui veulent se soigner naturellement

par **Rina Nissim**, naturopathe, formatrice, auteure

Depuis le début de la deuxième vague du mouvement féministe, des femmes ont lutté pour développer leur autonomie face au système de santé. Il a été question de liberté sexuelle, de l'accès à la contraception et à l'avortement, du droit de mener une grossesse à terme dans de bonnes conditions, mais aussi d'être capable de traiter une vaginite ou une cystite... Elles ont voulu gagner de l'autonomie face aux maux les plus communs des femmes qui n'intéressent pas forcément beaucoup les gynécologues.

Le but de cette présentation est de mieux faire connaître l'approche self-help et le rôle que la phytothérapie (entre autres méthodes naturopathiques) peut jouer dans ce projet au travers de

l'expérience de Rina Nissim, auteure de *Mamamélis, manuel de gynécologie naturopathique à l'usage des femmes* et de *Une sorcière des temps modernes*, le self-help et le mouvement femmes et santé.



Infirmière, naturopathe et militante, **Rina Nissim** a participé à la création du centre de santé des femmes pilote de Genève : le *Dispensaire des femmes* en 1978. Elle a continué à développer son expérience en travaillant avec des groupes femmes et santé aux USA, en Amérique centrale, au Brésil et en Inde. Son premier livre, *Mamamélis, manuel de gynécologie naturopathique à l'usage des femmes*, a été traduit en 7 langues. Le succès de cette publication lui a permis d'envisager la création des Editions Mamamélis. Elle a publié des auteures comme Audre Lorde et Adrienne Rich en français. (Crédit photo : Laurence Rasti pour Le Temps)

L'apport de la nutrithérapie dans le cancer

par **Pierre Van Vlodorp**, nutrithérapeute et formateur

« C'est une fatalité », « C'est la faute à pas de chance » ... Voici quelques expressions entendues aujourd'hui à propos du cancer.

Beaucoup sont encore persuadés que le cancer nous « tombe » dessus, de manière aléatoire ou, dans certains cas, le lient à une cause précise comme la cigarette pour le cancer du poumon...

Destinée à la fois aux personnes atteintes d'un cancer et à leurs proches, aux professionnels de la santé qui les suivent, aux personnes en rémission et à toutes celles qui souhaitent faire de la prévention santé, cette conférence est aussi informative que pratique.

Son objectif est double : parallèlement aux traitements nécessaires, elle offre au malade des clefs pour participer à sa guérison via une meilleure alimentation et des gestes utiles au quotidien et ce, en cohérence avec de nombreuses études.

Elle est aussi une source d'inspiration pour développer une prévention active, à côté des dépistages, prévention primaire et secondaire (des récidives).

Que ce soit pour prévenir un cancer, réduire les risques de récurrences ou optimiser un traitement, elle aidera à comprendre et à adopter de nouvelles habitudes alimentaires et de nouveaux modes de vie de manière constructive et sans frustration.



Pierre Van Vlodorp est licencié de la faculté des sciences fondamentales et appliquées de l'Université de Poitiers en "Physiologie & Micronutriments", Nutrithérapeute et Naturopathe. Il est par ailleurs conférencier et formateur en nutrithérapie, auteur de nombreux articles, intervenant radio et télé.

Directeur et enseignant au CFNA à Namur. Auteur et co-auteur de 4 livres dont 2 best-sellers "Les erreurs qui vous empêchent de maigrir" & « La nutrithérapie s'invite dans votre assiette ».

La naturopathie au service de la santé durable et du vivant

par le **Dr Michel Vanoudenhoven**, médecin, naturopathe et formateur

Il partagera avec nous son regard croisé de médecin et de fervent praticien dans le domaine des soins naturels pour nous faire réfléchir à la place de cette méthode dans la gestion de la santé.

Il évoquera la vision de la naturopathie que peut avoir le grand public et certains professionnels de la santé :

Une nouvelle science « à la mode » ? Une simple pourvoyeuse de solutions naturelles « émergentes » ?

Une nouvelle technique de soins naturels parmi des centaines qui semblent éclore en permanence ?

Il nous invitera ensuite à dépasser ces clichés désuets ou incomplets pour nous interroger sur le rôle de la naturopathie aujourd'hui.

Et si elle était un fil conducteur nous reliant à travers les siècles à la lointaine et fondamentale pensée hippocratique ?

Et si elle était une méthode de santé, certes naturelle, mais validée chaque jour davantage par la recherche scientifique ?

Et si elle était une approche de santé globale et holistique, intégrant à sa démarche et à sa pensée, le corps, l'esprit et l'âme dans une dynamique individuelle, physique, psychologique, sociale, énergétique et, même, spirituelle ?

Telles sont les questions qui seront examinées.

Partant d'Hippocrate, en passant par l'*Evidence Based Medicine*, Michel Vanoudenhoven nous présentera la naturopathie moderne qui vient compléter l'arsenal des méthodes de santé et tenter de renouer davantage avec le sens premier de l'expression « prendre soin ».



Michel Vanoudenhoven est docteur en médecine et a découvert la naturopathie dans les années 1980 à l'IHMN au sein duquel il a rapidement commencé à enseigner. Il travaille en médecine générale, intégrative, et transmet, depuis quatre décennies,

son ardent enthousiasme pour la santé au naturel et la naturopathie en particulier.

Les ateliers

Cuisine et dégustation de plantes sauvages

avec **Marie Verwacht**, naturopathe, formatrice

Une heure pour apprivoiser quelques savoureuses et surprenantes sauvages comestibles : les reconnaître, les cuisiner, les déguster !

Marie enseigne à l'IHMN et anime depuis des années ateliers et balades découverte de plantes à usages : plantes médicinales, plantes comestibles.



NB : Atelier limité à 12 personnes maximum !

Inscriptions sur contact@equilibrenaturo.com (jusqu'au vendredi 24 mai avant 18h), et sur place le jour-même à l'accueil.

Danse Longo

avec **Yelka Keil**, infirmière, naturopathe, formatrice

Le Longo est une danse initiatique d'ancrage dans l'Être et d'harmonisation. Elle nous vient du Congo.

Chaque mouvement, selon une intention, coordonne notre cerveau gauche et droit, mobilise le bassin permettant la libération de notre énergie vitale et notre créativité.

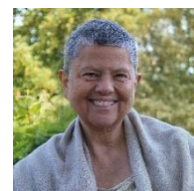


Trempline Bellicon

avec **Madeleine Rommel**, kinésithérapeute, masseuse, formatrice

S'enfoncer sur la toile souple du Bellicon et profiter de l'énergie emmagasinée pour rebondir, régénère le corps et rend l'esprit joyeux.

Venez découvrir cette pratique naturelle & surprenante qui permet d'améliorer ou de retrouver la forme !



Kinésithérapeute et masseuse de formation, **Madeleine** explore le corps, sa posture, sa dynamique, à travers le yoga depuis maintenant plus de 30 ans. Son axe de recherche et de travail : la prévention santé.

Les rencontres

Union des naturopathes de Belgique

Avec **Bénédicte Jerebzoff**, Présidente de l'UNB

C'est en 2001 que l'Union des Naturopathes de Belgique (UNB) a vu le jour pour structurer la profession et faire progresser les normes pédagogiques.

L'UNB est l'un des membres fondateurs de la Fédération mondiale de naturopathie (WNF), créée en 2015, et fait aussi partie depuis 2019 du Conseil Supérieur des Indépendants & PME (CSI-PME).

L'UNB regroupe en Belgique les praticiens de santé naturopathes et les conseillers en hygiène vitale formés conformément aux recommandations de l'OMS et de la WNF.

L'UNB soutient également les naturopathes en leur proposant une assurance professionnelle qui couvre la liste des techniques naturopathiques ainsi que des formations continues. Elle œuvre pour l'intégration de la naturopathie et des naturopathes dans le système des soins de santé en Belgique et dans le monde.



Naturo

Avec **Jan Camus**, Administrateur de Naturo

En tant qu'association professionnelle du secteur thérapeutique complémentaire en Belgique, Naturo se concentre sur la guidance humaine, naturelle, sous la forme la plus utile dans l'instant pour le consultant. Naturo s'efforce d'avoir des membres ayant une approche large, maîtrisant plusieurs spécialisations, et prêts à suivre une formation continue dans l'intérêt du client. Outre la coopération mutuelle, Naturo s'efforce également d'établir une coopération plus concrète avec les médecins classiques. Naturo veut réunir les professionnels de qualité pour être ensemble la référence en matière de qualité de vie intégrale.

Naturo est partenaire de la Fédération mondiale de la naturopathie (WNF) et membre de la Fédération européenne des médecines complémentaires et alternatives (EFCAM).

